



LA RAGE DE BOUGER

GROUPE D'ÂGE RECOMMANDÉ :

- 5 à 7 ans
- 8 à 10 ans
- 11 à 12 ans

THÈME DE L'ACTIVITÉ :

C'est un plaisir de jouer quand on joue selon les règles!

DURÉE :

Temps de préparation : 5 min
Temps d'activité : **15 à 20 min**

BUT DE L'ACTIVITÉ :

Enseigner aux enfants à être conscients de ce qui les entoure. Leur faire comprendre qu'ils ont le devoir de penser à la sécurité et d'y contribuer lorsqu'ils jouent.

OBJECTIFS DE L'ACTIVITÉ

- Apprendre les noms des autres participants
- Pouvoir le travail d'équipe et la coopération
- Bâtir la confiance mutuelle
- Apprendre une nouvelle habileté
- S'ouvrir aux différences et accepter la diversité
- Autre : Équilibre et coopération. Comment les règles nous apportent la sécurité.

ÉQUIPEMENT :

- Papier (2 feuilles par participant, leur grandeur correspondant à 3 fois l'empreinte de son pied);
- musique.

RESSOURCES

AIRE D'ACTIVITÉ :

Cette activité convient à un gymnase ou à une grande salle multifonctionnelle ou salle d'activité offrant amplement de place aux enfants pour se mouvoir en tous sens librement et sans risque.

SÉCURITÉ :

Suivre les règles aide à garantir la sécurité de tous et de toutes. Les participants se tiendront à une distance sécuritaire les uns des autres quand ils sont en mouvement.

DESCRIPTION ET DIRECTIVES DE L'ACTIVITÉ

PRÉPARATION :

- ▶ Rassemblez les matériaux et l'équipement nécessaires à cette activité.
- ▶ Établissez l'aire de jeu et ses limites.

DESCRIPTION DE L'ACTIVITÉ :

- ▶ Donnez 2 feuilles de papier à chacun des participants et dites à ceux-ci de se choisir une place dans la salle en s'assurant de laisser une bonne distance entre eux. Demandez-leur d'étirer leurs bras pour être certains de ne toucher personne d'autre.
- ▶ Demandez aux participants de mettre leurs feuilles de papier sur le plancher et de poser un pied sur chaque feuille.
- ▶ Informez les participants que, pour être en sécurité, ils doivent prendre conscience de leur espace personnel, se tenir la tête haute, éviter les contacts avec les autres et être conscients de leur environnement.
- ▶ Expliquez-leur qu'au moment où ils entendront de la musique, ils devront se déplacer ici et là mais NE POURRONT ni lever leurs pieds des feuilles de papier, ni toucher quelqu'un d'autre.

PG 1



- ▶ Quand la musique s'arrêtera, ils devront prendre la pose qu'annoncera l'animateur (« tenez-vous debout comme un singe, formez un A avec votre corps », par ex.).
- ▶ Quand ils commenceront à se sentir à l'aise dans leurs déplacements sur les feuilles de papier, demandez-leur de se mouvoir d'une certaine façon (en se tordant, en bougeant rapidement, en patinant, en imitant le mouvement des ciseaux, en tournoyant, en se traînant les pieds le long d'une ligne sur le plancher, par ex.). Vous devrez leur faire une démonstration de ces mouvements.
- ▶ Pour dynamiser l'activité, on pourra ajouter des mouvements du haut du corps (des mains ou des épaules, par ex.) ou des sons aux autres mouvements.

SUJETS DE DISCUSSION : L'IMPORTANCE DE SUIVRE LES RÈGLES

- ▶ Les règles vous ont-elles aidé(e) à vous sentir en sécurité durant l'activité?
- ▶ Les règles vous ont-elles aidé(e) à vous amuser davantage?
- ▶ Comment êtes-vous quand vous vous sentez en sécurité?
- ▶ Y a-t-il d'autres règles qu'il aurait fallu appliquer durant cette activité?
- ▶ Que veut-on dire par « la sécurité D'ABORD »?
- ▶ Que faites-vous pour assurer votre sécurité quand vous jouez à la maison?
- ▶ Qu'aurait-il pu arriver si vous n'aviez pas agi de manière sécuritaire pendant l'activité?

AMÉNAGEMENTS ET CONSIDÉRATIONS :

*PENSEZ À MODIFIER VOS
DIRECTIVES ET MOUVEMENTS
POUR QU'ILS CONVIENNENT À
VOS PARTICIPANTS AMPUTÉS ET
À CEUX EN FAUTEUIL ROULANT.*

CHEMINEMENT DIRIGÉ

- ▶ Assurez-vous qu'il y a amplement d'espace entre les participants durant l'activité.
- ▶ Quand ils sont en mouvement, les participants ne devraient ni marcher en direction d'autres participants, ni entrer en collision avec eux.
- ▶ Les participants bougeront lentement en réaction à la musique mais ils doivent être conscients en tout temps de la position des autres participants. Les lignes de visibilité devraient être dégagées.
- ▶ Rappelez aux participants de garder la tête haute pour savoir dans quelle direction les autres se déplacent.
- ▶ Assurez-vous que tous les participants ont l'occasion d'exprimer leurs idées.

MESSAGES POUR LA MAISON

Nous apprenons des notions de sécurité et votre enfant découvre qu'il a un rôle à jouer pour ce qui est d'assurer la sécurité durant ses activités de jeu. Veuillez parler tous les jours à vos enfants des questions de sécurité au jeu

- ▶ expliquez à vos jeunes comment le sens de la sécurité nous donne un sentiment de protection et, par conséquent, une confiance accrue en nous-mêmes;
- ▶ il est facile de jouer d'une manière sécuritaire et ceci rend le jeu plus amusant pour tout le monde!