

Les fleurs et le soleil

Description

Viens te dégourdir les jambes dans ce jeu d'élastique pour trois joueurs ou plus!

Objectif

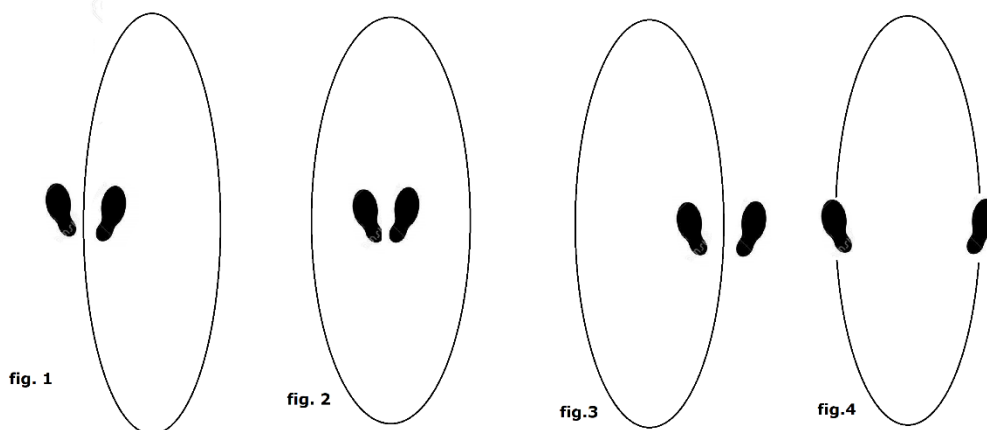
- Motricité globale (exercice physique)

Matériel

- Grand élastique noué (3 m)
- Photos illustrant les positions des joueurs (en annexe)

Animation

1. Deux enfants jouent le rôle des fleurs : ils se tiennent debout à l'intérieur de l'élastique en l'étirant en forme de rectangle, les pieds légèrement écartés (voir l'annexe). L'élastique doit être à la hauteur des chevilles.
2. Le troisième joueur est le soleil. Il doit sauter ainsi :
 - entrer dans l'élastique en sautant à cheval sur le premier fil (fig. 1)
 - sauter les deux pieds au centre de l'élastique (fig. 2)
 - sauter à cheval sur le deuxième fil (fig. 3)
 - sauter en posant les deux pieds sur les fils (fig.4)



3. Si l'enfant réussit, l'élastique est remonté aux genoux (puis aux hanches, à la taille, etc.) et il doit refaire les mêmes sauts. Lorsqu'il se trompe, il devient une fleur, et celle-ci prend sa place.
4. S'il y a plus de trois joueurs, celui qui se trompe se retire du jeu; un autre le remplace, et ainsi de suite, jusqu'à ce que tous les joueurs soient passés. Chaque tour réussi donne un point au joueur.

Variante

- Les enfants peuvent réciter une comptine en sautant :
 - 1^{er} saut : « Sème la rose »
 - 2^e saut : « Pousse la rose »
 - 3^e saut : « Cueille la rose »
 - 4^e saut : « Écrase-la! »

Suggestions de livres

- *Un jour je bercerais la terre*, Mireille Levert
- *Tous dehors! au jardin*, Patrick Luneau

Annexe : Positions des joueurs et de l'élastique

