



## Défis « réCRAIES » (dossier n°2) dans la cour de récréation



Cycle

1 - 2 - 3



**MERCI à l'USEP 28 et 41 pour ce partage d'idées  
et de documents Défis « réCRAIES ».**



L'USEP 36 a décidé de doter toutes les écoles inscrites de 20 craies de trottoir (livraison en cours).

**Les objectifs principaux sont de permettre aux enfants de pratiquer une activité physique au moins de 30 minutes par jour, dans la cour de récréation tout en respectant les mesures sanitaires.**

**Les avantages de ce dispositif sont multiples :**

- \* Gestion simplifiée de la récréation
- \* Mobilisation de plusieurs enfants en même temps sur une activité commune
- \* Organisation par l'enseignant mais modifiable et adaptable par les enfants
- \* Mixage des niveaux de classe - Possibilité d'être joueur / maître du jeu / arbitre.

**Les défis** sont réalisables en une minute environ, demandent pas ou peu de matériel, se jouent dans un espace restreint, à multiplier autant qu'il y a de la place.

**Les règles sont à rappeler régulièrement pour conserver les recommandations sanitaires.**

**Le matériel :** Craies (colorées) de trottoir, craies fines, boulettes de papier.

**La rélette du plaisir individuelle :** après avoir pratiquer chaque défi, l'enfant met un trombone sur le smiley représentant le plaisir ressenti durant sa pratique sportive.



**Le protocole sanitaire exigé par le Ministère de l'Éducation Nationale et de la Jeunesse**  
Rappel des fondamentaux : Maintenir la distanciation physique - Appliquer les gestes barrières  
Limiter le brassage des élèves - Assurer le nettoyage et la désinfection des locaux et matériels  
- Former, informer et communiquer.



# Le serpent multicolore

## Le dispositif

Tracer un serpent à la craie en alternant des cases bleues, vertes, jaunes, blanches sans ordre précis. (21 cases)

## Le but du jeu

**Atteindre la queue du serpent en suivant le code couleur :**  
**coordination et mémoire**

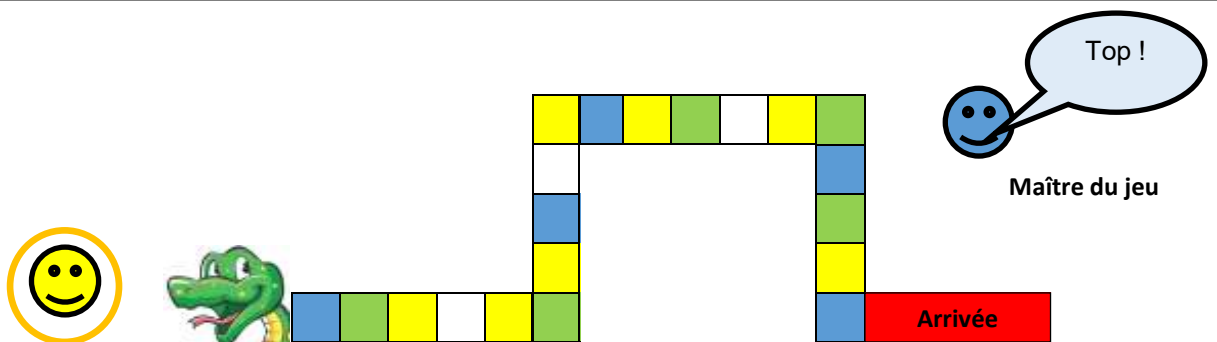
## Les règles

Se placer sur la tête du serpent (**départ**). Au top départ, sauter de case en case en respectant le code couleur jusqu'à **l'arrivée**.

**Case bleue : pied droit, case verte : pied gauche, case jaune : pieds joints** et case blanche : rivière (il faut la franchir sans mettre un seul pied dans cette case).

Changer les rôles.

## Le schéma de la situation



## L'adaptation et les variantes

Possibilité de chronométrer le parcours.

Changer le code couleur...

**Le protocole sanitaire exigé par le Ministère de l'Education Nationale et de la Jeunesse**  
Rappel des fondamentaux : Maintenir la distanciation physique - Appliquer les gestes barrières  
Limiter le brassage des élèves - Assurer le nettoyage et la désinfection des locaux et matériels  
- Former, informer et communiquer.



# Les fléchettes

## Le dispositif

Tracer une cible au sol avec un nombre de points pour chaque case.

Une boule de papier par joueur.

## Le but du jeu

**Marquer le plus de points possible.**

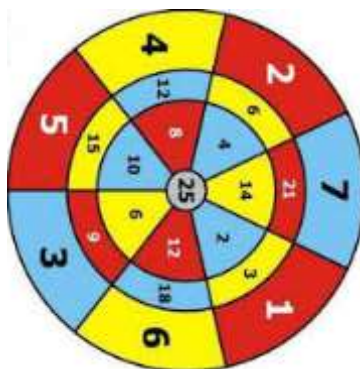
## Les règles

Se placer dans le cerceau de **départ**.

Au signal du maître du jeu, l'enfant effectue 3 lancers (il va récupérer sa boule de papier après chaque lancer) et tente de marquer le plus de points possible.

Changer les rôles.

## Le schéma de la situation



Lancé !

Maître du jeu

## L'adaptation et les variantes

Avancer ou réduire la distance entre la cible et le joueur.

Le premier joueur arrivant à totaliser **exactement** 30 points gagne la partie.

**Le protocole sanitaire exigé par le Ministère de l'Education Nationale et de la Jeunesse**  
Rappel des fondamentaux : Maintenir la distanciation physique - Appliquer les gestes barrières  
Limiter le brassage des élèves - Assurer le nettoyage et la désinfection des locaux et matériels  
- Former, informer et communiquer.

Fiche n° 27



# REPRODUIRE A L'IDENTIQUE

## Le dispositif

Tracer à la craie 5 grilles de 9 cases.

Chaque joueur : 8 boules de papier (2 bleu - 2 orange - 2 rouge - 2 vert) ou 8 bouchons de 4 couleurs différentes. Le maître du jeu : 8 boules de papier (2 bleu - 2 orange - 2 rouge - 2 vert) ou 8 bouchons de 4 couleurs différentes.

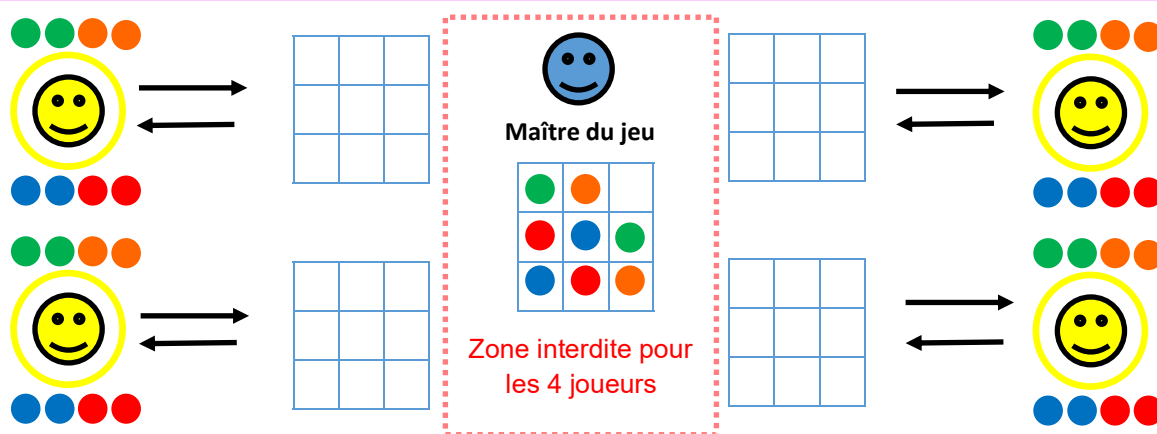
## Le but du jeu

Reproduire la combinaison à l'identique

## Les règles

Le maître du jeu met une boule de papier dans chaque case. Il dispose de 8 boules de 4 couleurs différentes. Pendant ce temps, les 4 joueurs se retournent du jeu afin de ne pas voir la combinaison que le maître du jeu va leur proposer. Au top départ, les 4 joueurs se retournent, prennent une boule de papier (ou un bouchon ramené de la maison) de la couleur de leur choix, regardent la grille du maître du jeu (sans aller dans la zone interdite) et vont poser la boule de papier dans la case de leur grille à l'identique du maître du jeu. Puis courent récupérer une autre boule de papier et ainsi de suite. Changer les rôles.

## Le schéma de la situation



## L'adaptation et les variantes

Varié le déplacement (avant, arrière, pas chassés...)

**Le protocole sanitaire exigé par le Ministère de l'Education Nationale et de la Jeunesse**  
Rappel des fondamentaux : Maintenir la distanciation physique - Appliquer les gestes barrières  
Limité le brassage des élèves - Assurer le nettoyage et la désinfection des locaux et matériels  
- Former, informer et communiquer.

# Le réCRAIE'ATHLON

## Le dispositif

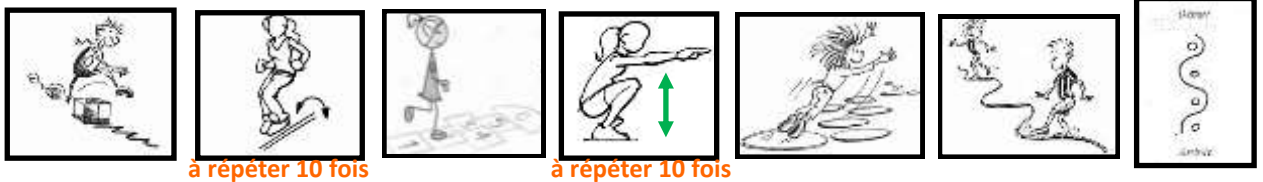
Tracer à la craie les 6 ateliers (dédoubler les 6 ateliers, cela permet aux enfants de se « défier » et de garder la distanciation physique durant l'effort) . 2 joueurs + 1 maître du temps / arbitre - chronomètre ou sablier de 10 minutes.

## Le but du jeu

Développer la pratique des disciplines enchaînées pour apprendre à gérer l'effort

## Les règles

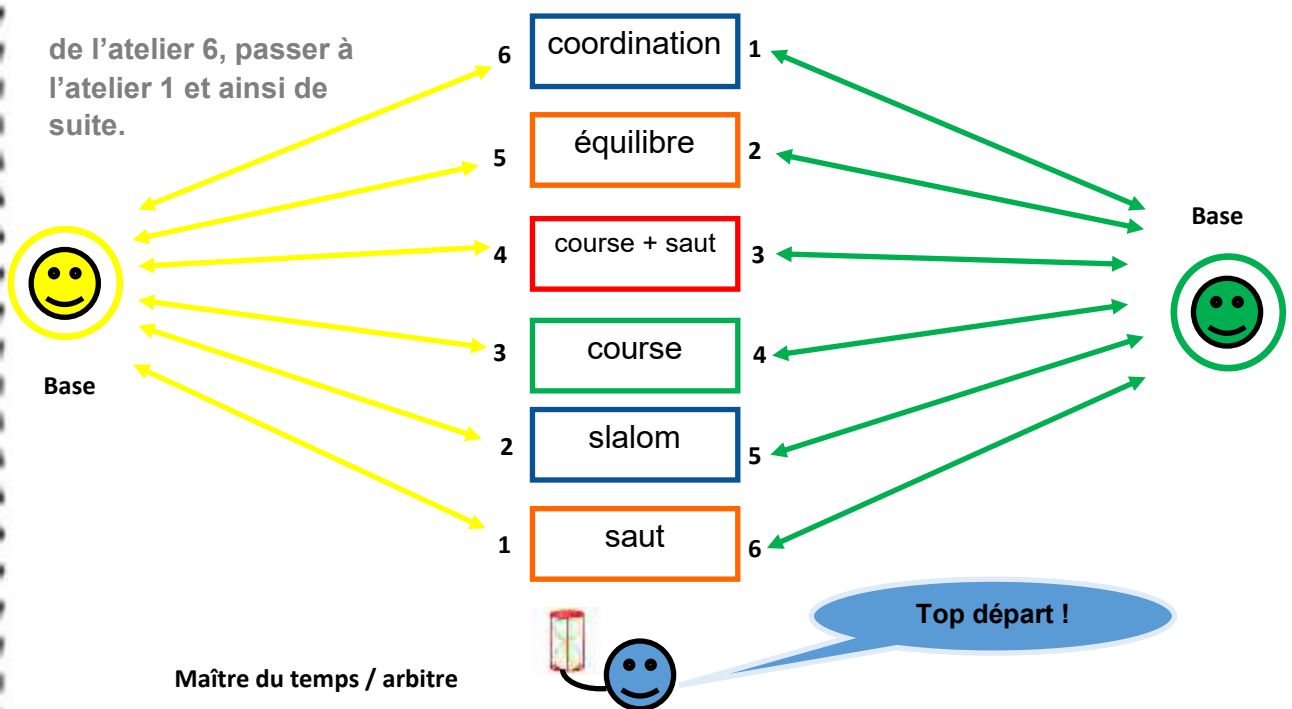
Le réCRAIE'athlon dure 10 minutes. Le maître du temps / arbitre donne le départ et la fin du jeu. Au top départ, les joueurs courent jusqu'au 1<sup>er</sup> atelier, réalisent l'exercice ou/et répètent 10 fois l'exercice selon l'exercice proposé (ex : 10 flexions, 10 sauts au dessus de) puis reviennent en courant à leur base. Ils repartent au 2<sup>ème</sup> atelier et ainsi de suite. Les joueurs passent le maximum de fois sur tous les ateliers. Changer les rôles. Propositions d'ateliers ci-dessous :



à répéter 10 fois

à répéter 10 fois

## Le schéma de la situation



**Le protocole sanitaire exigé par le Ministère de l'Education Nationale et de la Jeunesse**  
 Rappel des fondamentaux : Maintenir la distanciation physique - Appliquer les gestes barrières  
 Limiter le brassage des élèves - Assurer le nettoyage et la désinfection des locaux et matériels  
 - Former, informer et communiquer.



# RED LETTER

## Le dispositif

Nombre de joueurs : 6 joueurs à classe entière. Tracer à la craie les emplacements de chaque joueur.

Temps de jeu : 5 à 15 minutes

## Le but du jeu

Arriver le premier au niveau du meneur de jeu

## Les règles

Les enfants sont en ligne.

Un enfant est à plusieurs mètres (meneur de jeu), le dos tourné au jeu.

Quand le meneur de jeu dit « **The red letter is A** », les élèves doivent compter combien leur nom comporte la **lettre A**. Ils avancent du nombre de pas correspondant.

Quand un élève est arrivé au niveau du meneur de jeu, il devient meneur de jeu.

On travaille l'alphabet et les couleurs ainsi que la formule : « the red letter is... »

## Le schéma de la situation



## L'adaptation et les variantes

On peut changer la couleur

Varié le déplacement

**Le protocole sanitaire exigé par le Ministère de l'Education Nationale et de la Jeunesse**  
Rappel des fondamentaux : Maintenir la distanciation physique - Appliquer les gestes barrières  
Limiter le brassage des élèves - Assurer le nettoyage et la désinfection des locaux et matériels  
- Former, informer et communiquer.



# LE CERCLE DU RETOUR AU CALME

(ce que l'on veut)

## Le dispositif

Tracer à la craie un cercle avec autant de cœur (ou autre) qu'il y a d'enfants.

## Le but du jeu

**Le retour au calme est une phase de récupération active faisant suite à un effort physique intense.**

## Mais à quoi ça sert ?

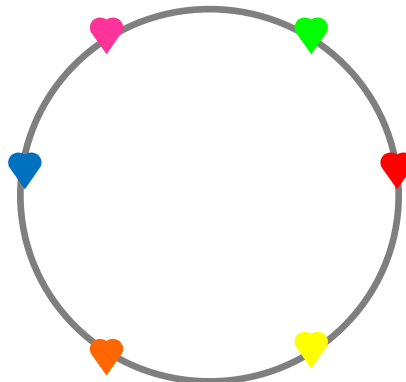
Chaque enfant s'assoit sur un cœur ou autre dessin.

A utiliser en début (échauffement - transmission de consignes) ou en fin de séance (étirements - retour au calme), sur un moment de récréation pour papoter.

Utile comme repère pour poser sa gourde.

Permet de proposer un débat, un remue-méninges en extérieur.

## Le schéma de la situation



## L'adaptation et les variantes

Toutes les formes possibles...

**Le protocole sanitaire exigé par le Ministère de l'Éducation Nationale et de la Jeunesse**  
Rappel des fondamentaux : Maintenir la distanciation physique - Appliquer les gestes barrières  
Limiter le brassage des élèves - Assurer le nettoyage et la désinfection des locaux et matériels  
- Former, informer et communiquer.