

Défis seinomarins 30' APQ n° : 4

« BOUGEZ EN FEVRIER 2024 »



PAUSE ACTIVE

« GRAMMAIRE-GYM »

La nature des mots en mouvement.



Organisation :

Écrire la phrase du jour au tableau.

L'enseignant lit le premier mot, les élèves prennent la posture qu'ils jugent appropriée.

Discussion collective et procéder de même pour tous les mots.

Quand tous les mots ont été mis en mouvement, lire la phrase autant de fois que vous le souhaitez en variant la rapidité de lecture.

RÉCRÉATION

LE RELAIS « CHIFOUMI »

Matériel : plots pour délimiter le trajet du relais.

Organisation : Les 2 équipes sont disposées à chaque bout du trajet, les joueurs les uns derrière les autres.

Au top départ, les 2 premiers partent en courant. Quand ils se croisent, ils s'affrontent en CHIFOUMI. (pierre-feuille-ciseaux)

→ Celui qui gagne termine sa course et déclenche la course de son coéquipier lorsqu'il franchit sa ligne d'arrivée.

→ Celui qui perd retourne derrière ses coéquipiers et tape dans la main de son coéquipier qui part en courant à son tour pour affronter le coureur de l'autre l'équipe sur le chemin.

1 point pour chaque équipier qui termine sa course.



But : Finir le parcours pour avoir le plus de points possibles.

À VOS MARQUES, PRÊTS .. BOUGEZ !