

# Les jeux de cour avec les mesures sanitaires

De la maternelle au CM2



Situations à destination des enseignants  
afin de favoriser l'activité physique des  
enfants

# Activités individuelles avec objet

## Engins roulants

Sur circuit ou sur parcours aléatoire selon le nombre d'engins :

- Réaliser un circuit sans toucher les objets jonchés sur le sol
- Réaliser un circuit sans poser le pied au sol
- Réaliser un circuit aussi rapidement que possible



NB :

- Un engin roulant attribué à un enfant.
- Les engins roulants pourront être désinfectés régulièrement.
- Cette activité peut aussi se faire collectivement sous forme de défi en gardant le principe d'un départ décalé de plus d'1m50.

## Jeu de croquet

Sur circuit ou sur parcours aléatoire selon le nombre d'enfants :

- Réaliser un circuit sans toucher les objets jonchés sur le sol
- Réaliser un circuit aussi rapidement que possible
- Réaliser un circuit en contactant la balle le moins de fois possible



NB :

- Une crosse et une balle (marquée) attribuées à un enfant.
- Le matériel sera désinfecté régulièrement.
- Cette activité peut aussi se faire collectivement sous forme de défi en gardant le principe d'un départ décalé de plus d'1m50.

## Jeux de billes

Sur circuit ou sur parcours aléatoire selon le nombre d'enfants :

- Réaliser un circuit sans toucher les objets jonchés sur le sol
- Réaliser un circuit aussi rapidement que possible
- Réaliser un circuit en contactant la bille le moins de fois possible



NB :

- Une ou deux billes attribuées à un enfant.
- Le matériel sera désinfecté quotidiennement.
- Cette activité peut aussi se faire collectivement sous forme de défi en gardant le principe d'un départ différé (défi temps).

# Activités individuelles avec objet

## Saut à la corde

Définir un espace du rayon de la corde :

- Réaliser des figures différentes (type de saut)
- Réaliser le plus de sauts possible



NB :

- Les objets seront désinfectés à chaque utilisation.
- Une corde est attribuée si possible à un enfant (voire marquée à son nom).

## Balle au mur

Lancer contre le mur et faire des figures (des 2 mains, sur un pied puis l'autre, en frappant dans les mains...)



NB :

- Une balle de tennis attribuée si possible à l'enfant.
- Les objets seront désinfectés régulièrement.
- Figures avec balle en l'air (préalable au jonglage)
- Voir USEP « Jeux d'antan, jeux d'enfants »

## Jonglage

Avec un deux ou trois objets.

Voir tutoriels au lien suivant : [http://www.ac-clermont.fr/fileadmin/user\\_upload/DSDEN-03/Action\\_educative/Ressources\\_pedagogiques/EPS/accueil/EPS\\_%C3%A0\\_la\\_maison\\_Allier.pdf](http://www.ac-clermont.fr/fileadmin/user_upload/DSDEN-03/Action_educative/Ressources_pedagogiques/EPS/accueil/EPS_%C3%A0_la_maison_Allier.pdf)



NB :

- Fabriquer du matériel de manière à l'individualiser.
- Veiller à limiter les échanges.
- Prendre suffisamment de distance entre les pratiquants (plus de 2m).

## Jeux de cerceaux

Avec un ou deux cerceaux :

- Réaliser des figures en faisant tourner le cerceau sur des parties de son corps
- Faire rouler un cerceau (avec un bâton) sur un circuit



NB :

- Les objets seront désinfectés à chaque utilisation.
- Les cerceaux seront attribués si possible à chaque enfant (voire marqués à son nom).

# Activités individuelles avec objet

## Le ballon dans les airs

À l'extérieur ou à l'intérieur, l'enfant garde un ballon de baudruche constamment dans les airs en le frappant avec ses mains ou avec une frite de piscine coupée en deux. Combien de temps parviendra-t-il à garder le ballon dans les airs ?



NB :

- Les ballons seront jetés à la fin.
- Une demi frite est attribuée à chaque enfant.

## Course avec un moulin ou un ruban

Faire tourner le moulin à vent en papier en courant.  
Inventer des mouvements avec un ruban en tournant et courant.



NB :

- Chaque enfant a fabriqué son moulin à vent.
- La course peut aussi se faire avec un ruban de type gymnastique rythmique.
- Espace délimité de course individuelle ou sens de déplacement défini.

## Osselets

Manipulation seul en suivant des règles de jeu précises :  
Ajouter la présence d'un observateur juge dans l'étape ultime.



NB :

- Un jeu d'osselets fabriqué par l'enfant et lui appartenant.
- Un observateur peut être ajouté (à distance).
- Voir USEP « Jeux d'antan, jeux d'enfants »

# Activités à plusieurs avec objet

Voir aussi les activités « jeu de croquet », « jeux de billes » et « engins roulants » (pages précédentes)

## Jeux de boules

Faire une partie contre un autre enfant.

- Avec règle commune du jeu



NB :

- Chaque enfant a son jeu de boules durant les parties.
- Le matériel pourra être désinfecté après utilisation.
- L'attente se fait à une distance déterminée et le ramassage se fait de manière alternée.
- Le cochonnet est poussé du pied.

## Le pousse palet

Faire une partie contre un autre enfant. Pousser le palet avec le pied en sautant sur un pied sur un circuit plus ou moins difficile.

- Le premier à réaliser le parcours et à envoyer son palet au but : départ simultané
- En alternance, le premier à arriver au but.
- Changer de pied pousseur



NB :

- Chaque enfant a son palet.
- Le matériel sera désinfecté après utilisation.
- L'attente sur le circuit se fait à une distance marquée par un trait (plus d'1m)

## Le jeu de l'hélicoptère

Un enfant fait tourner une corde à sauter sur le sol en la tenant par une extrémité ; l'autre enfant doit sauter par-dessus sans la toucher. Inverser les rôles pour que chacun fasse tourner la corde.



NB :

- Les enfants ont une corde de 2m chacun.
- Le matériel pourra être désinfecté après utilisation.

# Activités à plusieurs avec objet

Voir aussi les activités « jeu de croquet », « jeux de billes » et « engins roulants » (pages précédentes)

## Jeu du béret

Chaque équipe a un objet sur lequel taper. Jeux en parallèle. Jeu sonore. Faire sonner l'objet à l'aide d'un bâton personnel avant son adversaire lorsque son numéro est annoncé :

- Départ face à face
- Départ côte à côte

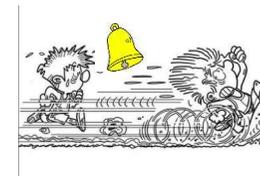


NB :

- Chaque enfant a son bâton.
- Le matériel sera désinfecté après utilisation.
- L'attente se fait à une distance déterminée avec espacement entre enfant de plus d'1m.
- Pas de croisement possible des élèves.

## Jeux de relais

À plusieurs sans se toucher ni transmettre un objet mais avec chacun un objet qui produit un bruit déclencheur en le contactant sur un autre support (cloche contactée avec un bâton).



NB :

- Chaque enfant a son bâton.
- Le matériel sera désinfecté après utilisation.
- L'attente sur le circuit se fait à une distance déterminée et marquée à plus de 3m de la cloche.

# Activités individuelles sans objet

Autres inspirations dans le document « Pour une motricité accomplie » : [lien](#)

## Marelles

Faire tracer une marelle avec une craie :

- Réaliser la marelle par enchaînement de sauts
- Réaliser une marelle en désignant la case à ne pas prendre
- Réaliser une marelle en imposant le type de saut (un pied ou deux...)



NB :

- Cette activité peut aussi se faire collectivement sous forme de défi en gardant le principe d'un départ alterné.
- Inventer des marelles différentes.
- Voir USEP « Jeux d'antan, jeux d'enfants »

## Parcours

Préparer un parcours plus ou moins complexe :

- Réaliser un parcours en le mémorisant
- Réaliser le parcours sans erreurs (pas d'oubli ni de chute d'objets)
- Réaliser un parcours chronométré



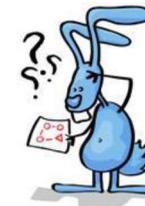
NB :

- Les objets ici ne sont en principe pas touchés par les enfants auquel ; privilégier la manipulation par l'adulte.
- Cette activité peut aussi se faire collectivement sous forme de défi en gardant le principe d'un départ alterné.

## Orientation

Avec une carte de la cour d'école, retrouver les codes cachés et les écrire sur sa carte.

Variante : aller chercher de mémoire le code inscrit sur une carte qui reste sur la table (se rappeler du code ou l'écrire sur sa propre fiche réponse).



NB :

- Les codes ici ne sont en principe pas touchés par les enfants.
- Cette activité peut aussi se faire collectivement sous forme de défi en gardant le principe d'un départ alterné.
- Voir USEP « Jeux d'antan, jeux d'enfants »

# Activités à plusieurs sans objet

Voir aussi les activités « marelles », « parcours » et « orientation » (page précédente)

## Mimes

Jeu du chef d'orchestre : l'enfant mime ou dirige les gestes qui doivent être exécutés par l'autre. Faire découvrir une action, un animal... Jeu en miroir avec ou sans tracé au sol : exécuter les mouvements de son camarade d'en face. Idem sur le côté.



NB :

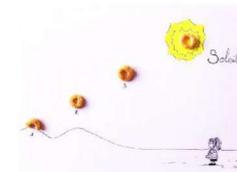
- Les enfants ont une place et miment de leur endroit.
- L'adulte tire au sort des situations.

## Roi du silence

### 1, 2, 3 Soleil

### Jacques a dit

### Chef d'orchestre



NB :

- Les enfants prennent une distance minimale entre chacun.
- Intégrer des jeux d'équilibre et/ou d'expression (statue spéciale).
- Voir USEP « Jeux d'antan, jeux d'enfants »

## Danses

Préparer un enchaînement dansé type flash mob (voir tutoriel dans le document suivant : [http://www.ac-clermont.fr/fileadmin/user\\_upload/DSDEN-03/Action\\_educative/Ressources\\_pedagogiques/EPS/accueil/EPS\\_%C3%A0\\_la\\_maison\\_Allier.pdf](http://www.ac-clermont.fr/fileadmin/user_upload/DSDEN-03/Action_educative/Ressources_pedagogiques/EPS/accueil/EPS_%C3%A0_la_maison_Allier.pdf))



NB :

- Les enfants ont une place définie et suffisamment espacée des autres.
- L'adulte peut guider l'apprentissage qui sera conçu sous forme d'une reproduction et d'une répétition de mouvements.

## Jeu des 4 coins

4 coins sont désignés : 4 arbres, 4 ronds dessinés par terre à la craie ou avec un bâton... Au centre, on dessine également un cercle.

Un joueur est désigné pour rester au centre. Les autres joueurs se répartissent les coins. Quand le joueur placé au centre donne le signal, les 4 autres joueurs changent de place et celui qui est resté au centre essaie de se placer sur l'un des coins. Celui qui se retrouve sans coin perd et prend la place au centre du carré.



NB :

- Pour éviter les contacts, le joueur qui met le premier son sac de sable dans le cercle est gagnant (les joueurs n'entrent pas dans le cercle du coin). Tracer une ligne à au moins 1m50 avant le cercle pour s'arrêter et lancer.
- Il est possible de réaliser ce jeu avec plus de coins.

## Autres ressources pour la récréation

Ressource USEP avec quelques jeux utilisables (jeu d'antan, jeux d'enfants) : [lien](#)

Livret « J'ai le droit de jouer à... » : [lien](#)

Jeux coopératifs sans contact - OCCE SARTHE: [lien](#)

Idées de jeux en maternelle pour les récréations aménagées - Dept Rhône : [lien](#)

- Organiser différents secteurs dans la cour en interdisant les structures existantes
- Déterminer des sens de circulation
- Les enfants peuvent avoir un objet personnel étiqueté (sinon désinfecté après usage)
- Laisser libre cours à la craie mais à défaut faire tracer des parcours ou marelles

