



Les participants apprennent et s'entraînent à se déplacer dans la zone d'activité en évitant de se faire toucher par leurs adversaires.

Installation

- Extérieur
- Gymnase
- Salle polyvalente

Matériels et équipement

- 3 poulets en caoutchouc ou autres objets

Sécurité

Inspecter la zone d'activité et éliminer les dangers potentiels. Vérifier que la surface d'activité offre une traction suffisante. Délimiter le terrain à une distance sécuritaire des murs et des obstacles. Rappeler aux participants que toucher veut dire ni pousser ni attraper et définir les parties du corps qu'ils peuvent toucher (p. ex., les bras, les jambes ou le dos).

Information sur l'activité

Le scorpion

- Choisir 4 à 6 participants qui seront les chasseurs. Répartir le reste des participants en petits groupes (3 ou 4). Les participants de chaque groupe sont liés (chacun tient le coéquipier devant lui par les épaules) pour former des « scorpions ».
- Les chasseurs poursuivent les scorpions dans la zone d'activité pour les toucher. Le chasseur qui touche un scorpion rejoint ce dernier en s'accrochant à la dernière place, et le participant en tête de ligne devient chasseur.

Chasse aux oiseaux

- Choisir 2 à 4 participants qui seront les chasseurs. Demander aux participants de se disperser dans la zone d'activité désignée. Éparpiller les 3 poulets en caoutchouc dans la zone d'activité.
- Les chasseurs poursuivent les autres participants dans la zone d'activité. Les participants ne peuvent pas être touchés quand ils tiennent un poulet en caoutchouc. Ils peuvent le tenir pendant 5 secondes seulement, après quoi ils doivent le passer à un autre participant ou le laisser tomber au sol pour qu'un autre participant puisse le ramasser.
- Quand un participant est touché, il change de rôle avec le chasseur.





Adaptations

Les participants peuvent trouver eux-mêmes des façons de rendre l'activité plus facile ou plus difficile, pour qu'elle soit plus amusante et pour atteindre un niveau de défi adéquat.

Pour la rendre plus facile, les participants peuvent :

- se déplacer de différentes façons qui simplifient l'activité (p. ex. marcher, marcher rapidement).
- courir lorsque les chasseurs marchent.
- limiter le nombre de chasseurs.
- utiliser un objet (p.ex., un cylindre en mousse de piscine) pour toucher plus facilement les autres.
- agrandir la zone d'activité.

Pour la rendre plus difficile, les participants peuvent :

- courir en suivant les lignes au sol du gymnase uniquement.
- réduire le terrain.

Pause apprentissage

Souligner les habiletés, concepts et stratégies suivantes pour aider les participants à se déplacer de façon sécuritaire tout en évitant de se faire toucher par les chasseurs. Notez : cette liste n'est pas exhaustive et d'autres occasions d'apprentissage peuvent se présenter.

Habiletés motrices et concepts liés au mouvement

- Locomotion : appliquer les habiletés de mouvement nécessaires pour se déplacer de façon sécuritaire dans la zone d'activité (p. ex., courir très vite quand on est poursuivi par les chasseurs et ralentir quand on n'est plus poursuivi).
- Conscience de l'espace : se déplacer efficacement dans différentes directions et à des vitesses différentes pour réussir à toucher les autres ou pour éviter de se faire toucher (p. ex., changer de direction très rapidement sans que le poursuivant s'y attende).

Habiletés tactiques

- Développer et appliquer des stratégies appropriées pour éviter d'être touché ou pour toucher les autres (p. ex., quand on court, changer de direction sans arrêter et se déplacer vers des espaces libres pour rendre la tâche difficile pour les chasseurs).

Similarité avec d'autres activités

Contient des aspects de :



Directives canadiennes en matière d'activité physique

