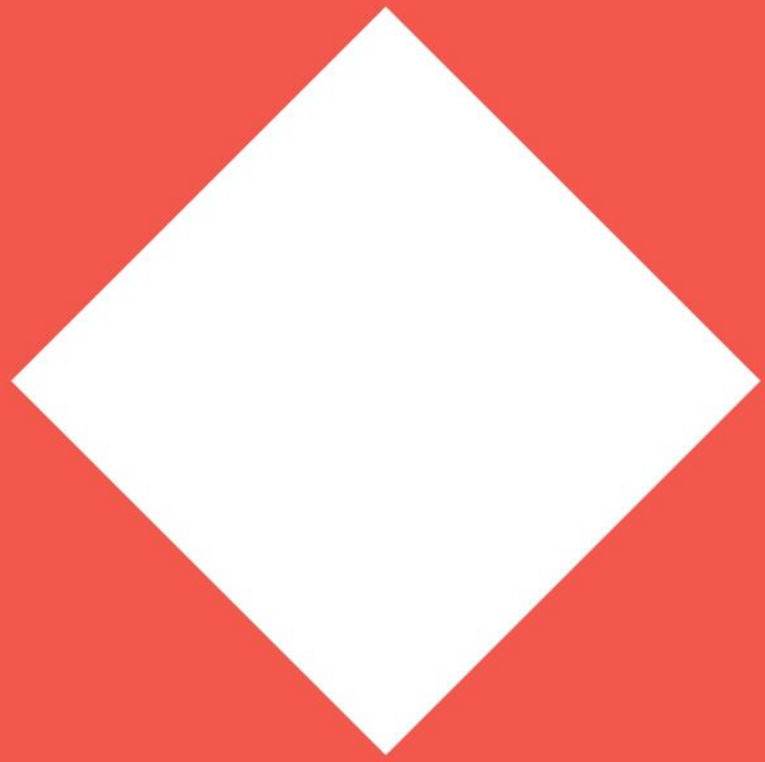
1.2.3.
BOUGEZ!



Lü

BOUGE TON VOTE

VÖTE







Lü

COMPÉTENCES

- Différencier les niveaux et les directions.★
- Déterminer l'espace disponible.★
- Identifier des points de repère. ★
- Marcher, ramper, gambader.★
- Courir, galoper, sautiller, sauter à cloche-pied.★
- Faire des pas chassés.
- Se sensibiliser à la sécurité (préscolaire).
- Identifier des situations potentiellement dangereuses et identifier des comportements à adopter.

VOCABULAIRE

- Actions de locomotion
- Espace disponible
- Sécurité

MATÉRIEL

- 3 cônes
- Vöte *Tes préférences*

ORGANISATION

- 24 - 80 élèves
- 10 - 15 minutes

Séparez l'aire de jeu en trois zones puis placez les cônes au centre de ces zones.

BOUGE TON VOTE

VÖTE

VARIATIONS

- Identifiez une action de locomotion entre les questions. Les élèves doivent se déplacer en utilisant ce mouvement.
- Augmentez l'intensité en organisant des "rondes éclair". Passez rapidement d'une diapositive à l'autre.
- Choisissez un exercice musculaire ou cardiovasculaire pour chaque cône (ex. planche, jumping jacks,). Les élèves effectuent l'exercice en attendant la question suivante.

GRAND GROUPE

- Jouez tel qu'indiqué.

PISTES DE DISCUSSION

- À quel niveau trouvez-vous qu'il est le plus facile de se déplacer?
- Quels mouvements de locomotion avez-vous expérimenté durant l'activité?
- Avez-vous réussi à vous déplacer en respectant l'espace personnel des autres joueurs?
- Quelles sont les règles de sécurité à respecter dans ce jeu? Pourquoi?

COMMENT JOUER

1. Sur votre Lü, ouvrez votre contenu aimé, dirigez-vous dans la section Vöte puis sélectionnez les options suivantes:
   a. *Bouge ton Vöte;*
   b. Appuyez sur *Jouer* pour commencer;

2. Lü va afficher une question sur les préférences des élèves. L'enseignant nomme un niveau de déplacement: haut, moyen, bas.

3. Les élèves se déplacent pour s'aligner devant l'espace de la réponse qu'ils préfèrent en respectant ce niveau. Ils peuvent ramper (niveau bas), marcher (niveau moyen), sautiller (niveau haut) ou utiliser tout autre mouvement de locomotion qui respecte le niveau déterminé pour se placer devant l'élément correspondant à leur préférence sur l'écran.

4. Lorsque tout le monde a terminé de se déplacer, demandez à quelqu'un de toucher la réponse ayant reçu le plus de votes. Chaque question n'aura techniquement qu'un seul vote enregistré, le choix le plus populaire.

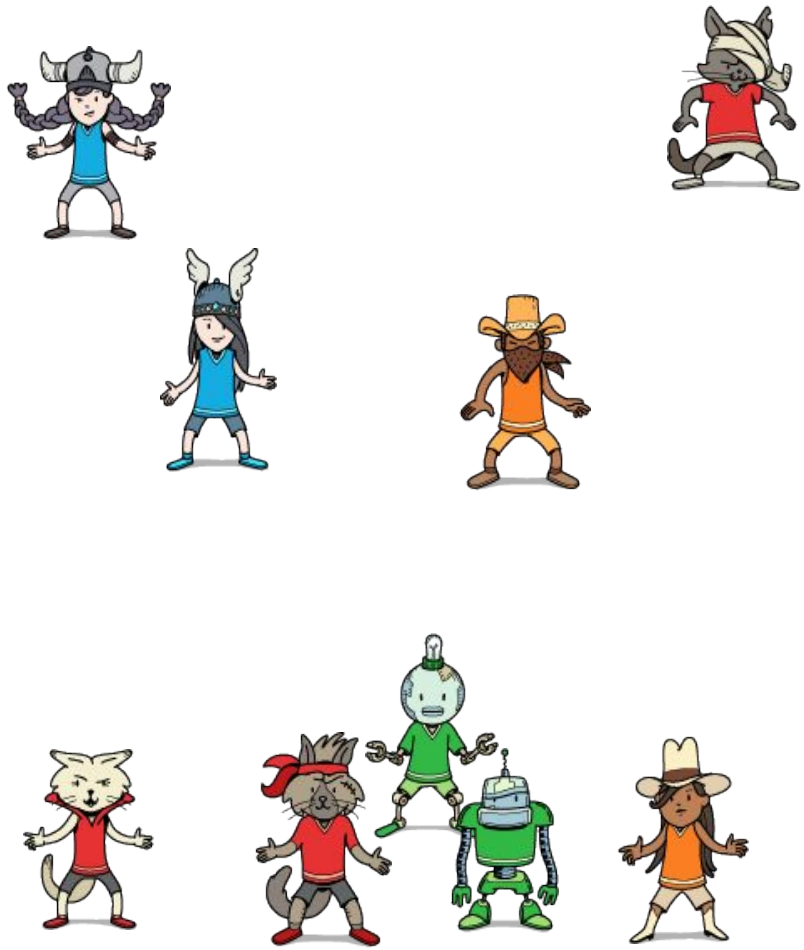
5. Sélectionnez la flèche vers la droite sur Lü pour passer à la question suivante et continuer le jeu.

6. Faites un retour en grand groupe à l'aide des *Pistes de discussion* suggérées.

© Tous droits réservés - 2023

CHIFFRES ACTIFS

TEÄMS



Lü

COMPÉTENCES

- Situer son corps et les principales parties de son corps dans l'espace.★
- Nommer différents types d'appuis.★
- Expérimenter différentes façons de bouger (Préscolaire).
- Maintenir des postures simples en utilisant différents appuis.★
- Distinguer un os d'un muscle. ★

VOCABULAIRE

- Équilibre
- Parties du corps
- Actions de non-locomotion
- Défi

MATÉRIEL

- Aucun

ORGANISATION

- 24 - 80 élèves
- 5 - 10 minutes

Les élèves se rassemblent devant Lü.

CHIFFRES ACTIFS

TEÄMS

VARIATIONS

- Plutôt que de former le chiffre reçu avec leur corps, les élèves trouvent une position d'équilibre qui contient le même nombre d'appuis que le nombre reçu.
- Formez des équipes afin que les élèves représentent les chiffres avec leurs partenaires.
- Choisissez l'option *99 élèves*. Dès que les élèves ont terminé leur position, ils se dirigent à l'écran pour en recevoir une nouvelle.
- Demandez aux élèves de faire le nombre de sauts écartés associé à leur chiffre avant de retourner à l' écran.

GRAND GROUPE

- Jouez tel qu'indiqué.

PISTES DE DISCUSSION

- Quel chiffre représentez-vous?
- Quels sont les appuis utilisés pour tenir cette position?
- Montrez-moi quels muscles de votre corps travaillent pour maintenir cette position.

COMMENT JOUER

1. Sur votre Lü, ouvrez l'application Teäms puis sélectionnez les options suivantes:
   a. *Jouer*;
   b. Nombre d'élèves;
   c. 6 équipes;
   d. Appuyez sur *Jouer* pour commencer.

2. Les élèves tapent dans la main d'un personnage pour connaître le chiffre qui leur est assigné.

3. Ils se dispersent ensuite dans l'aire de jeu et tentent de reproduire verticalement ce nombre avec leur corps .

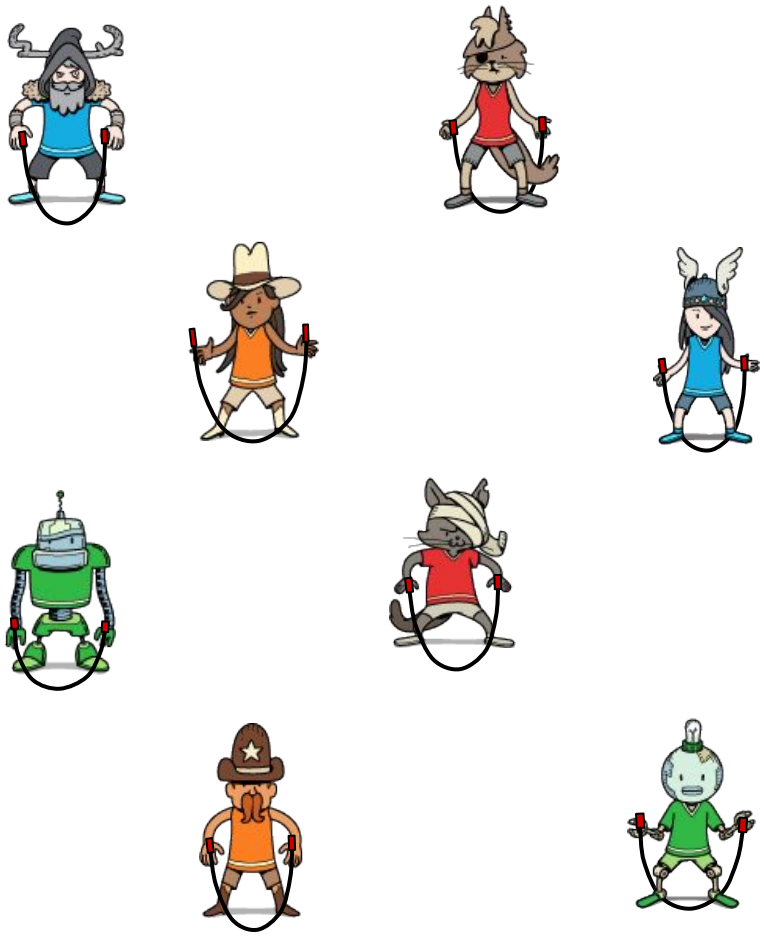
4. Lorsque tous les élèves sont installés et maintiennent leur position, discutez avec eux des positions choisies à l'aide des *Pistes de discussion* suggérées.

5. Appuyez sur *Rejouer* puis faites une nouvelle partie.

© Tous droits réservés - 2023

CORDE À SAUTER I

WÖRLDS



Lü

COMPÉTENCES

- Sauter à la corde (saut de base).
- Sauter à la corde de différentes façons.
- Expliquer quelques façons de coordonner ses mouvements.

VOCABULAIRE

- Coordination
- Défi

MATÉRIEL

- 1 corde à sauter par élève
- Wörlds *Corde à sauter I*

ORGANISATION

- 24 - 40 élèves
- 15 - 20 minutes

Les élèves se répartissent dans l'aire de jeu.

CORDE À SAUTER I

WÖRLDS

VARIATIONS

- Laissez aux élèves plusieurs minutes pour chorégraphier et répéter un enchaînement de saut à la corde, en travaillant avec un partenaire s'ils le souhaitent. Après quelques minutes, demandez aux élèves/groupes de se porter volontaires pour présenter leur numéro devant la classe.

GRAND GROUPE

- Demandez aux élèves de se placer en dyades. L'un des partenaires pratique le saut pendant que l'autre observe et/ou fait une évaluation de son partenaire. Ils changent de rôle avant de passer à la diapositive suivante.

PISTES DE DISCUSSION

- Citez un élément qui vous a plu dans l'un des exercices que vous avez regardés.
- Quel est le mouvement difficile que vous avez essayé aujourd'hui et qui vous a rendu fier?
- Quelles sont vos stratégies pour coordonner des mouvements difficiles?

COMMENT JOUER

1. Sur votre Lü, ouvrez votre contenu aimé, dirigez-vous dans la section Wörlds puis sélectionnez les options suivantes:
    a. Corde à sauter I;
    b. Jouer;
    c. Appuyez sur *Jouer* pour commencer.

2. Les élèves suivent les instructions affichées sur Lü. Si les élèves trouvent qu'un défi est difficile, encouragez-les à essayer et à demander de l'aide à leurs camarades.

3. Lorsque la plupart des élèves maîtrisent le mouvement, passez à la diapositive suivante. Continuez jusqu'à la dernière diapositive.

4. Faites un retour en grand groupe à l'aide des *Pistes de discussion* suggérées.

COMPÉTENCES

<u>Corde au sol</u>

- Devant et derrière
- Saut de côté
- Saut sur une jambe
- Saut croisé
- Saut en ciseaux

<u>Manipulation de la corde</u>

- Tourniquet de côté - gauche
- Tourniquet de côté - droite
- Grand 8

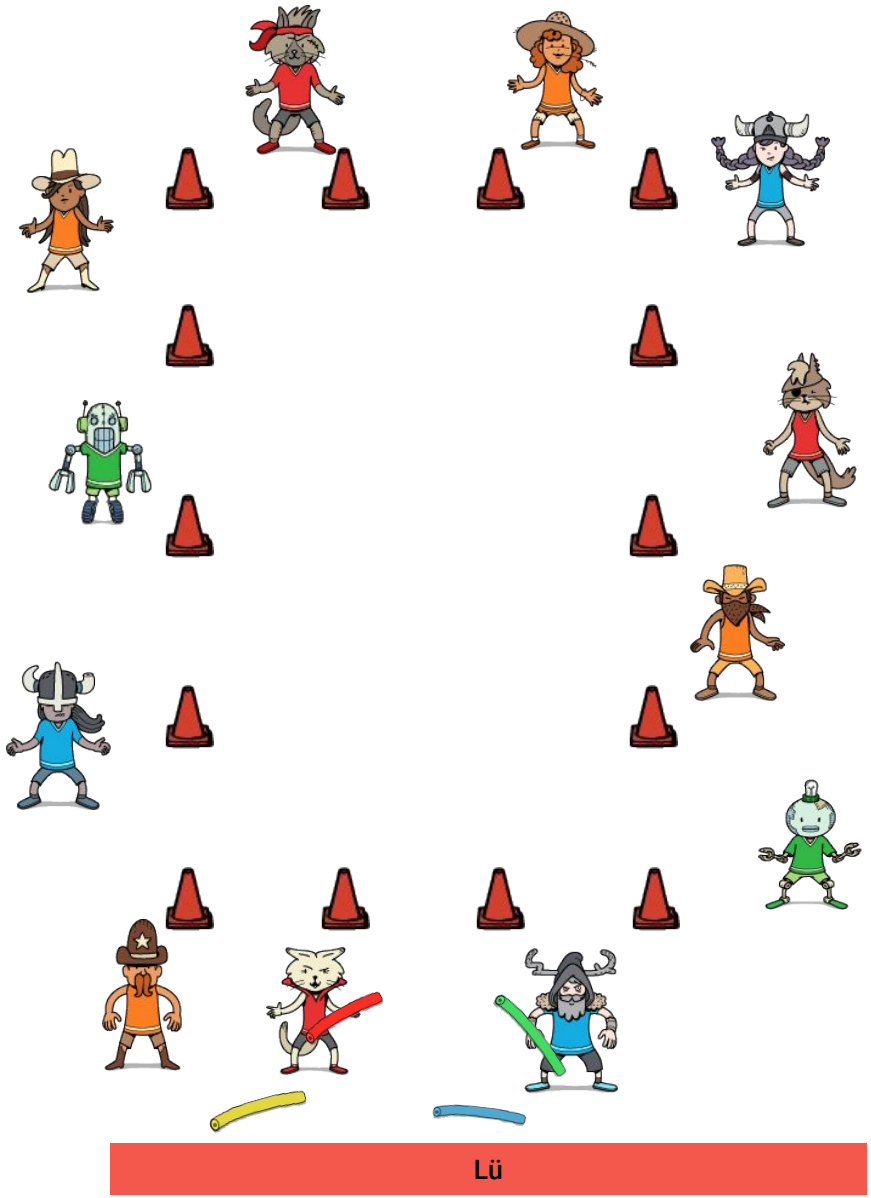
<u>Rotations</u>

- Enjambée, version marchée
- Tourne et immobilise
- Un seul saut
- Le grand 8 et saut
- Le tour à l'envers
- Skieur
- Cloche
- Saut sur une jambe
- Un pied devant l'autre
- Saut en ciseaux
- Mouvements en X
- Saut du joggeur

© Tous droits réservés - 2023

DANSE AUTOUR DU MONDE

PUZZ



COMPÉTENCES

- Expérimenter l'organisation spatiale et temporelle (Préscolaire).
- Expérimenter différentes façons de bouger (Préscolaire)
- Reconnaître le rythme.★
- Expliquer quelques façons de coordonner ses mouvements.
- Tourner autour de son axe au sol.★

VOCABULAIRE

- Créativité
- Rythme
- Espace disponible

MATÉRIEL

- Cônes
- Nouille
- Puzz *Danse autour du monde*

ORGANISATION

- 24 - 80 élèves
- 10 minutes

Aménagez un couloir longeant les murs du gymnase à l'aide des cônes.

DANSE AUTOUR DU MONDE

PUZZ

VARIATIONS

- Créez votre liste Spotify de musique afin de varier les rythmes sur lesquels vont bouger vos élèves.
- Utilise le sifflet sur votre manette (*Page up*) afin de faire tourner les élèves.

GRAND GROUPE

- Jouez tel qu'indiqué

PISTES DE DISCUSSION

- Quelle est votre aisance à bouger selon un rythme?
- Était-il facile ou difficile de bouger dans l'espace disponible? Pourquoi?
- Quel mouvement créé par l'un de vos pairs vous a inspiré?
- Quelle danse aimeriez-vous apprendre?
- Quels sont les sentiments positifs que vous avez éprouvés en participant à cette activité ?

COMMENT JOUER

1. Sur votre Lü, ouvrez votre contenu aimé, dirigez-vous dans la section Puzz puis sélectionnez les options suivantes:
   a. Danse autour du monde;
   b. *Jouer*;
   c. Grille 2x2;
   d. Appuyez sur Jouer pour commencer.

2. Les élèves circulent dans le corridor en bougeant leur corps au rythme de la musique du Puzz.

3. Lorsque le son aigu d'un sifflet (inclu dans la musique de Puzz) se fait entendre, les élèves doivent absolument faire une rotation sur eux-même.

4. Les élèves qui se trouvent devant le Puzz lors du bruit du sifflet peuvent prendre une nouille et faire pivoter une tuile du casse-tête.

5. Quand le Puzz est complété, lisez l'énoncé qui se trouve au bas de l'image. Discutez avec les élèves des mouvements qu'ils connaissent en lien avec ce type de danse puis relancer le jeu pour connaître une nouvelle danse.

6. Faites un retour en grand groupe à l'aide des *Pistes de discussion* suggérées.

© Tous droits réservés - 2023

DANZ-ARRÊT

DANZA



Lü

COMPÉTENCES

- Situer son corps et les principales parties de son corps dans l'espace.★
- Différencier les niveaux et les directions.★
- Expliquer quelques façons de coordonner ses mouvements
- Trouver quelques façons de rester en équilibre.
- Maintenir des postures simples en utilisant différents appuis.★

VOCABULAIRE

- Coordination
- Équilibre
- Parties du corps

MATÉRIEL

- Aucun

ORGANISATION

- 24 - 80 élèves
- 10 minutes

Les élèves se dispersent dans l'aire de jeu.

DANZ-ARRÊT

DANZA

VARIATIONS

- Sélectionnez le mode libre de Grööve pour remplacer Danza.

GRAND GROUPE

- Jouez tel qu'indiqué.

PISTES DE DISCUSSION

- À quel niveau votre corps se situe-t-il présentement: haut, milieu, bas?
- Quelles parties de votre corps étaient en mouvement juste avant la pause?
- Quelles sont vos stratégies pour coordonner vos mouvements? Pour rester en équilibre lors de l'arrêt?

COMMENT JOUER

1. Sur votre Lü, ouvrez l'application Danza puis appuyez sur *Jouer* pour commencer.

2. Les élèves suivent le mouvement proposé par le danseur à l'écran.

3. Appuyez sur la barre d'espacement pour mettre la danse sur pause. Les élèves doivent tenir la position en équilibre.

4. Pendant qu'ils tiennent la position, questionnez-les à l'aide des deux premiers points de l'encadré *Pistes de discussion.*

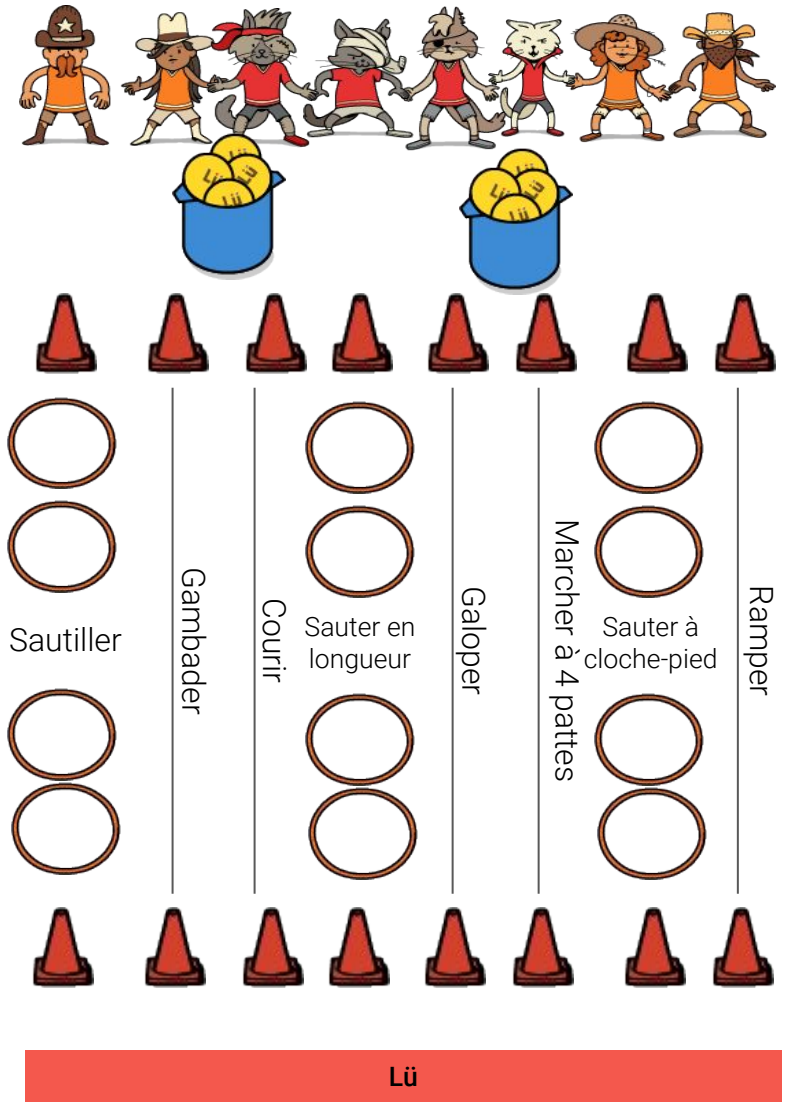
5. Appuyez de nouveau sur la barre d'espacement pour relancer le jeu puis continuez ainsi en arrêtant le jeu plusieurs fois. Assurez-vous de mettre le jeu sur pause alors que le personnage danse vers des directions et à des niveaux variés pour susciter des discussions intéressantes avec vos élèves.

6. Faites un retour en grand groupe à l'aide des *Pistes de discussion* suggérées.

© Tous droits réservés - 2023

DÉFONCE LE MUR

WÄLL



COMPÉTENCES

- Marcher, ramper, gambader, se déplacer en quadrupédie.★
- Courir, galoper, sautiller, sauter à cloche-pied, sauter en longueur sans élan.★
- Faire des pas chassés.

VOCABULAIRE

- Actions de locomotion
- Équilibre
- Coordination

MATÉRIEL

- 16 cônes
- 18 cerceaux ou marqueurs
- Cartes de locomotion imprimées
- Ballons

ORGANISATION

- 24 - 40 élèves, divisés en 8 groupes égaux
- 15 - 20 minutes

Aménagez 8 couloirs devant le mur de Lu, marqués d'un cône départ et d'un cône fin. Affichez une carte de locomotion sur chacun des cônes.

Alignez des cerceaux dans les couloirs destinés aux sauts et au gambadage.

Placez les groupes devant chacun des couloirs.

DÉFONCE LE MUR

WÄLL

COMMENT JOUER

1. Sur votre Lü, ouvrez l'application Wäll et sélectionnez les options suivantes:
   a. Aléatoire
   b. Appuyez sur *Jouer* pour commencer.

2. Au signal, les élèves à l'avant de la ligne ramassent un ballon et courent vers le cône de départ du couloir qui leur a été assigné.

3. En suivant l'habileté locomotrice affichée sur le cône au début du couloir, les élèves effectuent cette action de locomotion en direction de Lü.

4. Lorsque les élèves atteignent le cône situé à la fin de leur couloir, ils lancent leur ballon vers le mur (un lancer par trajet) et tentent de briser le mur !

5. Les élèves récupèrent leur ballon, le remettent dans le seau et se placent à l'arrière d'une autre ligne pour attendre leur prochain tour.

6. L'élève suivant dans la file commence une fois que l'élève devant a atteint le dernier cône et s'apprête à lancer son ballon Les autres élèves font du jogging sur place pour s'échauffer.

7. Faites un retour en grand groupe à l'aide des *Pistes de discussion* suggérées.

VARIATIONS

- Les élèves passent par tous les couloirs au hasard (choisissez la ligne la plus courte).
- Style relais: Utilisez qu'un seul ballon par ligne. Après son lancer, l' élève doit rapporter le ballon au prochain joueur.

GRAND GROUPE

- Demandez aux élèves de faire un tour de gymnase après avoir récupéré leur ballon, avant de s'aligner derrière l'un des couloirs.
- Allongez la longueur des couloirs et permettez à plusieurs élèves de les parcourir en même temps.

PISTES DE DISCUSSION

- Combien d'actions de locomotion pouvez-vous nommer?
- Quel sport ou jeu vous demande de sauter ? de courir? de glisser ?
- Quelle habileté de locomotion permet de franchir des obstacles?
- Qu'est-ce qu'un pied dominant? Quel est le vôtre?

© Tous droits réservés - 2023

DUEL CORPOREL

WÄK



Lü

COMPÉTENCES

- Identifier les principales parties de son corps.★
- Situer son corps et les principales parties de son corps dans l'espace.★
- Repérer l'emplacement du cœur et des poumons.★
- Identifier les principales articulations du corps.★

VOCABULAIRE

- Parties du corps
- Vitesse

MATÉRIEL

- 1 ballon par duel

ORGANISATION

- 24 - 40 élèves, divisés en 2 groupes égaux
- 5 à 10 minutes

Placez les ballons en ligne, perpendiculairement à la projection Lü

Chaque élève se place devant un ballon, en duel contre un membre de l'autre équipe.

DUEL CORPOREL

WÄK

VARIATIONS

- Chantez la chanson *tête - épaule - genou - orteil* dans l'ordre ou dans le désordre puis insérez le mot "ballon" dans celle-ci.

GRAND GROUPE

- Former des files de deux ou trois joueurs de part et d'autre du ballon. Tous les joueurs touchent les parties du corps nommées, mais seuls les joueurs face au ballon s'affrontent pour l'attraper. Après le jeu de Wäk, les joueurs qui viennent de réaliser le duel se placent à la fin de la file.

PISTES DE DISCUSSION

- Connaissez-vous bien les parties de votre corps?
- Où se situe votre cœur? Vos poumons?
- Que pouvez-vous faire pour donner plus de force à votre coeur?
- Que sont les articulations ? À quoi servent-elles ?

COMMENT JOUER

1. Sur votre Lü, ouvrez votre contenu aimé, dirigez-vous dans la section Vöte puis sélectionnez les options suivantes:
   a. Contenu de votre choix;
   b. Niveau de difficulté facile ou normal;
   c. Écran partagé;
   d. 30 secondes;
   e. Mettez le jeu sur pause en appuyant sur la barre d'espacement.
2. Nommez des parties du corps (incluant le cœur, les poumons et les articulations) que les élèves situentr sur leur propre corps avec leurs mains puis dites "ballon".
3. Lorsque les élèves entendent le mot "ballon", ils essaient d'attraper le ballon qui se trouve devant eux avant leur opposant.
4. Pendant ce temps, activez Wäk en appuyant sur la barre d'espacement.
5. Les enfants qui sont en possession d'un ballon courent vers le jeu de Wäk pour tenter de marquer le plus de points possibles pour leur équipe en 30 secondes.
6. Jouez de nouveau en augmentant graduellement la vitesse de vos commandes.
7. Faites un retour en grand groupe à l'aide des *Pistes de discussion* suggérées.

© Tous droits réservés - 2023

RELAIS ANIMAL

ZOO





Lü

COMPÉTENCES

- Marcher, ramper, gambader, se déplacer en quadrupédie.★
- Courir, galoper, sautiller, sauter à cloche-pied, sauter en longueur sans élan.★

VOCABULAIRE

- Action de locomotion
- Équilibre
- Espace disponible
- Vitesse

MATÉRIEL

- 8 cônes
- Matelas
- Cartes de locomotion animaux

ORGANISATION

- 24 - 40 élèves, divisés en 8 groupes égaux
- 10 - 15 minutes

Aménagez 8 couloirs devant le mur de Lu, marqués d'un cône.

Installez des tapis pour les roulades des cochons.

Répartir les élèves en file devant chacun des couloirs.

RELAIS ANIMAL

ZOO

COMMENT JOUER

1. Sur votre Lü, ouvrez l'application Zoo. Appuyez sur *Jouer* pour commencer.

2. Passez en revue chaque animal et ses mouvements en groupe avant de commencer le jeu. Utilisez les cartes de compétences de mouvement des animaux comme référence.

3. Au signal, les élèves à l'avant de chaque ligne vont toucher le mur, révélant un animal. Ils continuent d'appuyer (5 fois) sur leur animal jusqu'à ce qu'il se casse.

4. Une fois leur animal cassé, ils se déplacent comme leur animal vers l'autre côté de l'aire de jeu. Par exemple, si l'élève a touché le mur et qu'un lapin est apparu, il doit briser le lapin en le touchant 5 fois, sauter de l'autre côté du gymnase puis courir jusqu'à l'arrière de sa ligne. Si l'élève touche le mur et qu'un guépard apparaît, il doit traverser le gymnase en courant, etc.

5. Après avoir atteint le mur opposé à Lü, les élèves courent jusqu'à l'arrière de leur ligne et attendent leur tour pour continuer à jouer.

6. Faites un retour en grand groupe à l'aide des *Pistes de discussion* suggérées.

VARIATIONS

- Choisissez un animal qui sera l'animal secret (par exemple, un pingouin). Lorsqu'un élève trouve cet animal en taguant le mur, il crie " animal secret " et tous les élèves se déplacent comme l'animal secret de l'autre côté du gymnase.

GRAND GROUPE

- Regroupez les élèves en 8 groupes et répartissez-les. Chaque groupe choisit un représentant pour taguer le mur au nom de son groupe. Le représentant marque le mur, et tout le groupe se déplace comme l'animal révélé.

PISTES DE DISCUSSION

- Quel animal bouge le plus lentement ? Le plus rapidement ?
- Est-il facile pour vous de bouger dans l'espace disponible dans ce jeu? Pourquoi?
- Quel animal gagnerait si le lapin et la grenouille faisaient une course ? Pourquoi?

© Tous droits réservés - 2023