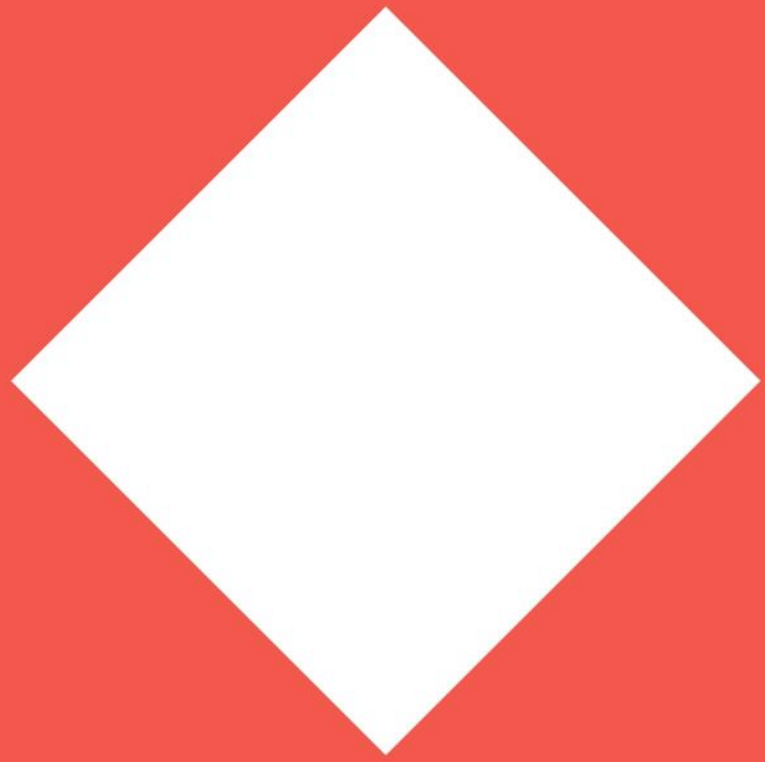
1.2.3.
BOUGEZ!



Lü

ACRO-DANSE

DANZA



Lü

COMPÉTENCES

- Nommer quelques perceptions provenant de son corps lorsqu'il est en mouvement ou immobile
- Trouver quelques façons de rester en équilibre.★
- Expliquer quelques façons de coordonner ses mouvements.★
- Exécuter des rotations complexes.
- Décrire quelques bienfaits psychologiques liés à ses expériences d'activités physiques.
- Décrire quelques bienfaits physiologiques liés à ses expériences d'activités physiques.

VOCABULAIRE

- Équilibre
- Coordination
- Rotation
- Transfert de poids

MATÉRIEL

- 1 tapis par équipe

ORGANISATION

- 24 - 80 élèves, divisés en groupes de 4
- 10 minutes

Installez les tapis dans l'aire de jeu et placez une équipe auprès de chacun d'eux.

ACRO-DANSE

DANZA

VARIATIONS

- Sélectionnez le mode libre de Grööve pour remplacer Danza.

GRAND GROUPE

- Jouez tel qu'indiqué.

PISTES DE DISCUSSION

- Quel type de rotation préférez-vous exécuter? Pourquoi?
- Comment vous sentez-vous pendant les rotations?
- Quels sont les bienfaits psychologiques liés à cette activité?
- Quelles activités physiques vous procurent le plus de bienfaits psychologiques? Quels sont-ils?
- Quels sont les bienfaits physiologiques liés à cette activité
- Quelles activités physiques vous procurent le plus de bienfaits physiologiques? Quels sont-ils?

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. Un à la fois, les élèves tentent de réaliser une activité (voir les compétences ci-bas) choisie par l'enseignant sur le tapis pendant que leurs pairs dansent.
4. Circulez pour assister les élèves qui en ont besoin.
5. Faites une nouvelle partie en changeant la compétence travaillée.
6. Faites un retour en grand groupe à l'aide des *Pistes de discussion* suggérées.

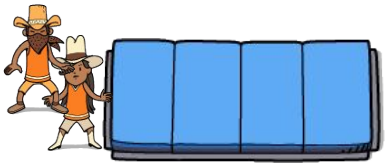
COMPÉTENCES

- Appui tendu renversé (ATR)
- Roue avant
- Roue latérale
- Rondade

© Tous droits réservés - 2023

ATELIERS GYMNIQUES

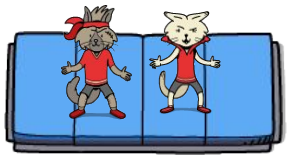
REPLÄY



Roulades



Sauts sans obstacle



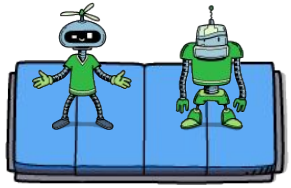
Déplacement sur poutre



Sauts avec obstacle



Acro-gym



Équilibre sur divers objets variés

Lü

COMPÉTENCES

- Exécuter des roulades de différentes façons.★
- Traverser des appareils à surface plus ou moins élevée.★
- Maintenir des postures complexes en utilisant différents appuis.
- Maintenir des postures simples sur des appareils. ★
- Exécuter différents sauts avec ou sans obstacle à partir d'un appareil ou d'un engin propulseur
- Identifier des comportements à adopter.★
- Encourager ses partenaires.
- Respecter le point de vue ou l'idée de l'autre.

VOCABULAIRE

- Équilibre
- Roulade
- Saut
- Collaboration

MATÉRIEL

- Tapis
- Poutres
- Cartes d'ateliers gymniques imprimées
- Engins propulseurs
- Cheval d'arçon

ORGANISATION

- 24 - 40 élèves, divisés en 6 groupes égaux
- 40 minutes

ATELIERS GYMNIQUES

REPLÄY

VARIATIONS

- Adaptez les ateliers aux contenus enseignés en classe.

GRAND GROUPE

- Jouez comme indiqué en ajoutant des ateliers si l'espace et l' équipement le permettent.

PISTES DE DISCUSSION

- Pourquoi est-il important de respecter une progression de mouvements (du plus simple au plus complexe) en gymnastique?
- Avez-vous travaillé en collaboration avec vos pairs? Quand? Comment?
- Quelle compétence aimeriez-vous améliorer? Comment vous y prendrez-vous?

COMMENT JOUER

1. Sur votre Lü, ouvrez l'application Repläy puis sélectionnez les options suivantes:
   a. *Jouer;*
   b. Miroir.

2. Donnez les consignes pour chacune des stations puis attribuez un atelier à chaque petit groupe.

3. Au signal, les élèves travaillent sur les exercices de gymnastique proposés à leur station. Après quelques minutes, procédez à la rotation.

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

COMPÉTENCES

- Acro-gym
- Déplacement sur poutre
- Roulades
- Saut sans obstacle
- Saut avec obstacle
- Équilibre sur divers objets

© Tous droits réservés - 2023

COUPS DE PIED DANSÉS

VÖTE



Lü

COMPÉTENCES

- Nommer quelques perceptions provenant de son corps lorsqu'il est en mouvement ou immobile
- Trouver quelques façons de rester en équilibre.★
- Expliquer quelques façons de coordonner ses mouvements.★

VOCABULAIRE

- Transfert de poids
- Coordination
- Équilibre
- Actions de non-locomotion

MATÉRIEL

- Vöte *Coups de pied dansés*

ORGANISATION

- 24 - 80 élèves
- 10 - 15 minutes

Les élèves se dispersent dans l'aire de jeu devant Lü en s'assurant d'avoir assez d'espace pour exécuter les mouvements.

COUPS DE PIED DANSÉS

VÖTE

COMMENT JOUER

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

2. Enseignez les deux types de coups de pied dansés affichés à l'écran puis demandez aux élèves de s'exercer à les réaliser.

3. Après 5 minutes d'entraînement, demandez aux élèves de répondre à la question du sondage puis de retourner à leur place.

4. Passez à la question suivante puis répétez les phases d'enseignement et de pratique.

5. Lorsque tous les coups de pied dansées ont été enseignés, faites un retour en grand groupe en analysant les résultats du Vöte et en discutant avec les élèves à l'aide des *Pistes de discussion* suggérées.

COMPÉTENCES

- Grand battement avant
- Grand battement latéral
- Développé avant
- Développé latéral
- Fan kick bas
- Fan kick haut

VARIATIONS

- Demandez aux élèves de créer leur propre coup de pied. Encouragez-les à nommer leur mouvement et à l'enseigner au reste du groupe.

GRAND GROUPE

- Jouez tel qu'indiqué.

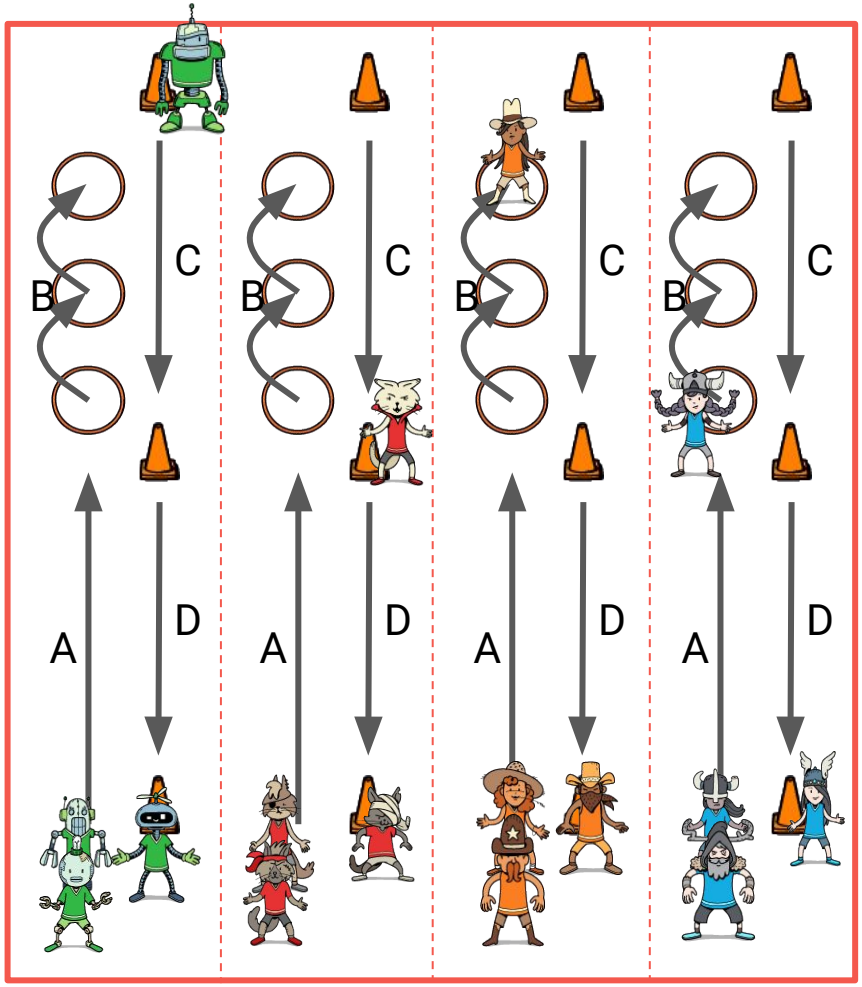
PISTES DE DISCUSSION

- Avez-vous déjà vu ces coups de pieds dans une danse? Laquelle?
- Comment vous êtes-vous sentis lorsque vous réalisiez ces mouvements?
- Comment restez-vous en équilibre pendant ces mouvements? Quelles parties de votre corps travaillent pour garder cet équilibre?
- Quelle est la relation entre le transfert de poids et le coup de pied?

© Tous droits réservés - 2023

COURSE AUX ACTIONS

LÜVIA



Lü

COMPÉTENCES

- Maintenir des postures complexes en utilisant différents appuis.
- Tourner autour de son axe dans les airs.
- Dribbler avec une seule main en se déplaçant à travers des obstacles.★
- Dribbler avec les pieds sur place et en se déplaçant. ★→ en 3e année
- Lancer par-dessous l'épaule une variété d'objets vers une cible. ★→ en 3e année.

VOCABULAIRE

- Actions de locomotion
- Actions de non-locomotion
- Actions de manipulation

MATÉRIEL

- 12 cônes
- 12 cerceaux
- 4 ballons
- Lüvia *Habiletés locomotrices, non-locomotrices et de manipulation*

ORGANISATION

- 24 - 40 élèves, divisés en 4 groupes égaux
- 25 - 30 minutes

Préparer 4 parcours identiques, tel qu'illustré sur l'image.

COURSE AUX ACTIONS

LÜVIA

COMMENT JOUER

1. Sur votre Lü, ouvrez votre contenu aimé, dirigez-vous dans la section Lüvia puis sélectionnez les options suivantes:
   a. *Habiletés locomotrices, non-locomotrices et de manipulation*;
   b. *Jouer*;
   c. 4 équipes;
   d. Séquence;
   e. Normal;
   f. Appuyez sur *Jouer* pour commencer.

2. Les élèves jouent un bloc de Lüvia. Ils peuvent se consulter pour répondre aux questions. Ensuite, mettez le jeu sur pause en appuyant sur la barre d'espacement afin que les élèves exécutent une course à relais mettant en vedette les compétences vues dans le questionnaire.

   Bloc 1 : *Locomotion*.
   a. Pas chassés
   b. Sauts à cloche-pied
   c. Galop
   d. Course

   Bloc 2 : *Non-locomotion et manipulations* (ajoutez un ballon par équipe).
   a. Dribble avec les pieds
   b. Pose d'équilibre (cerceau 1)
   c. Rotation sur un pied (cerceau 2)
   d. Vrille dans les airs (cerceau 3)
   e. Dribble avec une main
   f. Lancer du ballon, par-dessous l'épaule, au prochain partenaire

3. Après le troisième bloc, faites un retour en grand groupe à l'aide des *Pistes de discussion* suggérées.

VARIATIONS

- Ajoutez d'autres actions à l'une ou l'autre des courses à relais.
- Laissez plus d'un élève à la fois dans chacun des parcours.

GRAND GROUPE

- Ajoutez d'autres parcours à relais.
- Demandez à la moitié de l'équipe de répondre aux questions de Lüvia pendant que l'autre moitié exécute les courses à relais. Inversez les rôles.

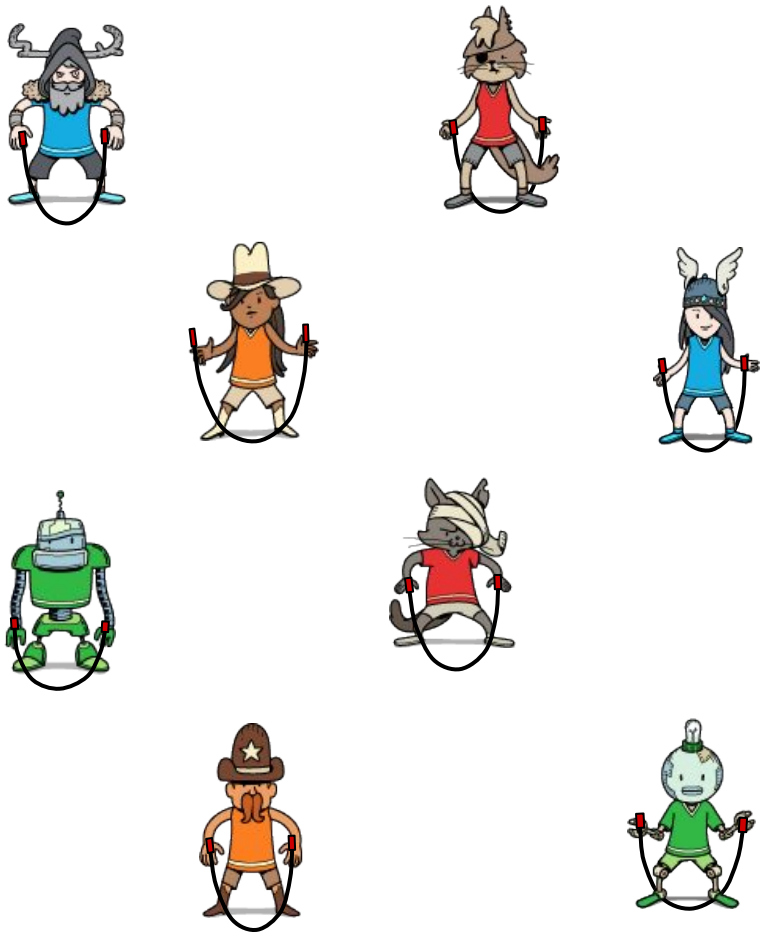
PISTES DE DISCUSSION

- Connaissez-vous d'autres actions de locomotion ?
- Est-il possible d'avoir plus d'un type d'habileté dans un même sport ?
- Pouvez-vous nommer des habiletés de manipulation au baseball ?
- Pouvez-vous nommer des habiletés locomotrices au hockey?
- Pouvez-vous nommer un sport qui fait appel à des habiletés non-locomotrices ?

© Tous droits réservés - 2023

CORDE À SAUTER II

WÖRLDS



Lü

COMPÉTENCES

- Sauter à la corde (saut de base).★ → en 3e année
- Sauter à la corde de différentes façons.★
- Expliquer dans ses mots la fonction principale du système cardiovasculaire lors d'une activité physique.
- Expliquer dans ses mots la fonction principale du système respiratoire lors d'une activité physique.

VOCABULAIRE

- Action de non-locomotion
- Coordination
- Rythme
- Parties du corps

MATÉRIEL

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

ORGANISATION

- 24 - 40 élèves
- 15 - 20 minutes

Les élèves se dispersent dans l'aire de jeu devant Lü en s'assurant d'avoir assez d'espace pour exécuter les mouvements.

CORDE À SAUTER II

WÖRLDS

VARIATIONS

- Créez un jeu avec élimination en désignant un côté d'entraînement et un côté de compétition de l'aire de jeu. Tout le monde commence du côté de la compétition. Lorsque les élèves ne sont pas en mesure de compléter le mouvement, ils passent du côté entraînement. Les joueurs essaient de rester du côté de la compétition le plus longtemps possible.

GRAND GROUPE

- Répartissez les élèves en groupes de trois et exécutez les exercices à l'aide d'une longue corde.

PISTES DE DISCUSSION

- Citez un élément qui vous a plu dans l'un des exercices que vous avez regardés.
- Quel impact la corde à sauter a-t-elle sur votre système cardiovasculaire? Sur votre système respiratoire?
- Comment avez-vous encouragé ou aidé un camarade de classe aujourd'hui ?

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 II*.
   b. *Jouer*;
   c. Appuyez sur *Jouer* pour commencer.
2. Les élèves suivent les instructions affichées sur Lü. Lorsque la plupart des élèves maîtrisent le mouvement, passez à la diapositive suivante. Continuez ainsi jusqu'à la dernière diapositive.
3. Si les élèves trouvent un mouvement difficile, encouragez-les à essayer, en leur permettant de demander des conseils à leurs pairs.
4. Faites un retour en grand groupe à l'aide des *Pistes de discussion* suggérées.

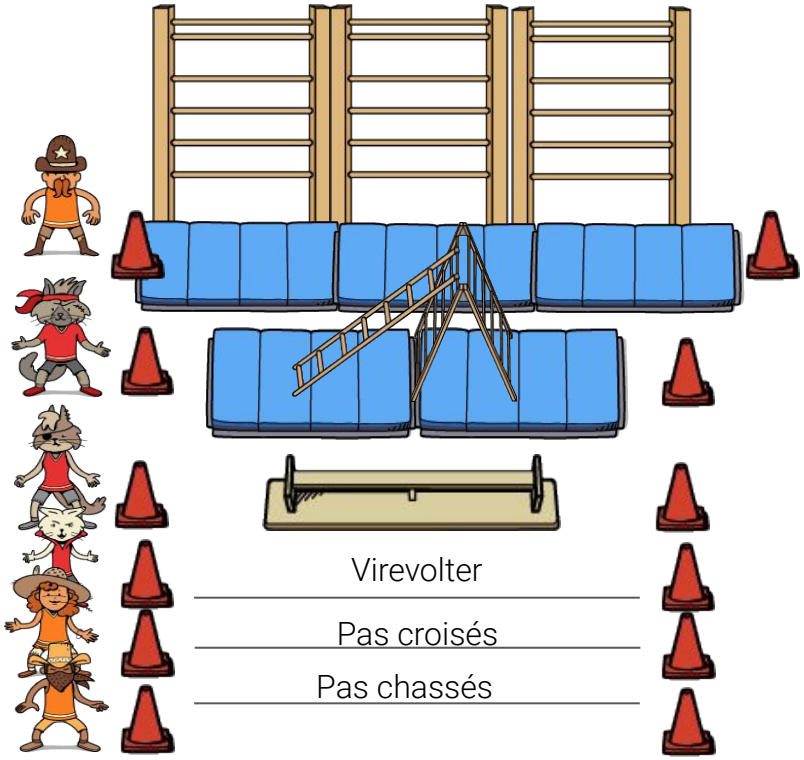
COMPÉTENCES

- Enjambée
- Tourne et immobilise
- Un seul saut
- Le tourniquet gauche
- Le tourniquet droit
- Le grand 8
- Le tourniquet et saut
- Grand 8 et saut
- Le tour arrière
- Le skieur
- La cloche
- Le saut sur une jambe
- Un pied devant l'autre
- Le saut en ciseaux
- Mouvement en X
- Le saut du joggeur
- Le 180 avant
- Le 180 arrière
- Le tour complet
- Les bras croisés
- Le double saut
- La dyade : face à face
- La dyade: côte à côte

© Tous droits réservés - 2023

ÉVALUATION

PUZZ





COMPÉTENCES

- Faire des pas chassés et des pas croisés, virevolter. ★
- Traverser des appareils à surface plus ou moins élevée.★
- Trouver quelques façons de rester en équilibre.★
- Grimper à des appareils plus ou moins élevés.★
- Nommer les règles de sécurité relatives au rangement du matériel.★

VOCABULAIRE

- Actions de locomotion
- Équilibre
- Coordination
- Sécurité

MATÉRIEL

- Espaliers
- Échelles
- Banc suédois renversé
- Liste d'élèves
- Cônes
- Tapis
- Ballons

ORGANISATION

- 24 - 40 élèves, divisés en 2 groupes égaux
- 40 minutes

Créez 6 couloirs ayant chacun un cône au début et un cône à la fin puis disposez le matériel tel que montré sur l'illustration.

Un groupe se place devant Lü avec un ballon chacun. Les élèves du 2e groupe se dispersent derrière les cônes de départ.

ÉVALUATION

PUZZ

VARIATIONS

- Les élèves passent dans tous les couloirs de manière aléatoire (en choisissant la ligne la plus courte).
- Les élèves se mettent en ligne et parcourent les couloirs de manière séquentielle.
- Choisissez un Puzz qui a une pertinence académique ou saisonnière.

GRAND GROUPE

- Jouez tel qu'indiqué en ajoutant des stations supplémentaires.

PISTES DE DISCUSSION

- Dans quelle situation/contexte pourriez-vous utiliser les pas chassés et les pas croisés?
- Sur quel appareil préférez-vous vous déplacer?
- Comment réussissez-vous à rester en équilibre sur un appareil?
- Que pouvez-vous dire en lien avec le matériel utilisé et la sécurité?

COMMENT JOUER

1. Sur votre Lü, ouvrez votre contenu aimé, dirigez-vous dans la section Puzz puis sélectionnez les options suivantes:
   a. Contenu de votre choix.
   b. *Jouer.*
   c. Grille 4x4
   d. *Jouer.*

2. Le groupe 1 travaille ensemble pour résoudre les puzzles avec Lü.

3. Au signal, les élèves du groupe 2 traversent le couloir devant eux en utilisant l'habileté nécessaire. Les élèves se déplacent d'un couloir à l'autre. Profitez de ce moment pour réaliser l'évaluation.

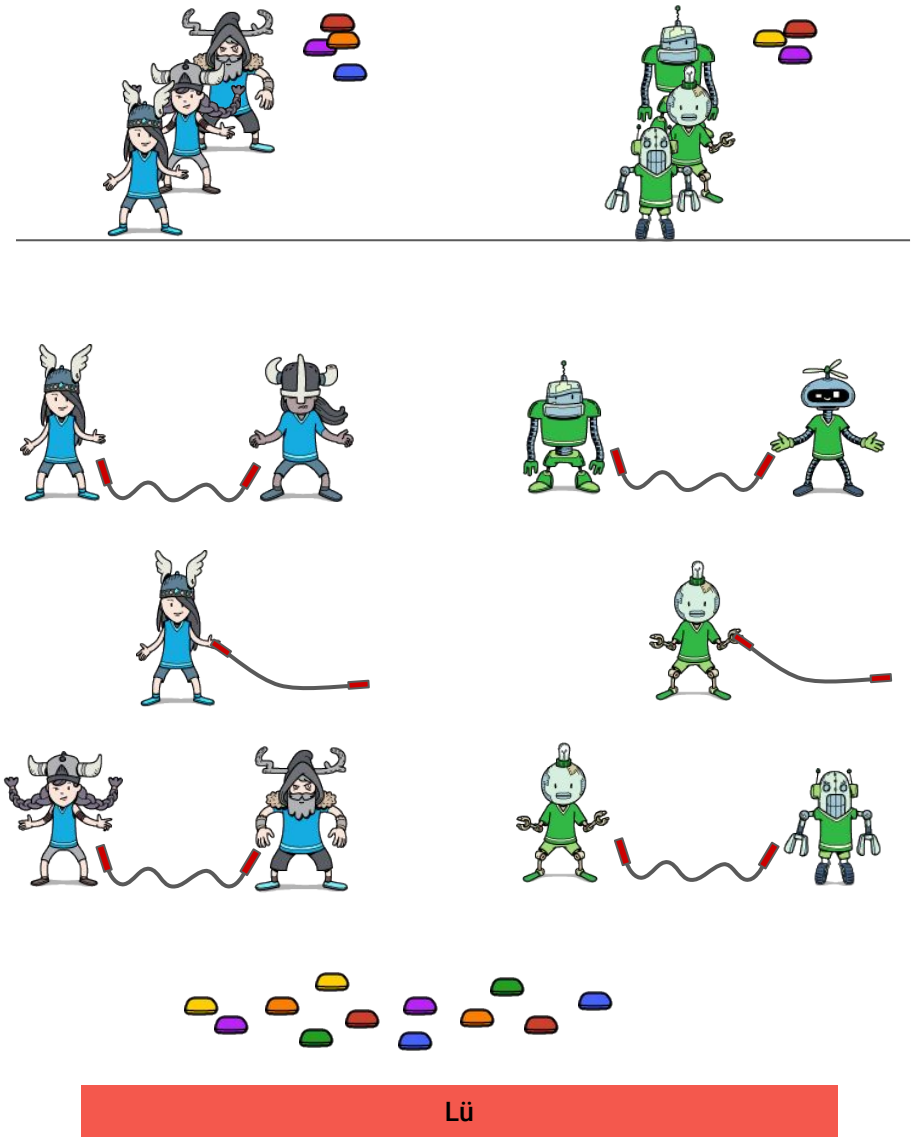
4. Lorsque le groupe 2 est évalué, inversez les rôles: Le groupe 2 va travailler avec Lü et le groupe 1 s'installe devant les couloirs.

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

© Tous droits réservés - 2023

FOSSE AUX SERPENTS II

DOJÖ



Lü

COMPÉTENCES

- Franchir des obstacles.
- Exécuter différents sauts avec course d'élan.
- Identifier des réactions provenant de son corps pendant ou après une activité physique.

VOCABULAIRE

- Obstacle
- Vitesse
- Coordination
- Parties du corps

MATÉRIEL

- 6 longues cordes à sauter
- Poches
- Dojö *La fosse aux serpents*

ORGANISATION

- 24 - 40 élèves, divisés en groupes de 2
- 15 - 20 minutes

Installez les poches au bout du parcours.

Chaque groupe choisit 5 élèves qui se placent dans la fosse au serpent:

- 1 élève qui tourne une corde afin de former un grand cercle autour de lui, comme les hélices d'un hélicoptère, mais au sol.
- 4 élèves qui se placent en dyade, prenant chacun un bout de corde à danser. Ils la font bouger près du sol, à la manière d'un serpent.

Les autres élèves s'alignent en relais derrière la ligne de départ.

FOSSE AUX SERPENTS II

DOJÖ

VARIATIONS

- Ajoutez des animaux en peluche ou de petits objets à chaque obstacle à ramasser pendant le parcours. Les objets au poste de l'hélicoptère doivent être placés près des pieds du tourneur afin de ne pas gêner la rotation de la corde. À la fin, additionnez le nombre total d'objets supplémentaires et attribuez des points bonus aux équipes.

GRAND GROUPE

- Ajoutez des couloirs et des obstacles supplémentaires.

PISTES DE DISCUSSION

- Quel rôle jouent vos bras lorsque vous sautez?
- Quelle partie de votre corps vous aide à garder l'équilibre lorsque vous atterrissez ? Comment?
- Comment votre corps réagit à l'activité physique? Aux activités cardiovasculaires? Aux activités musculaires?

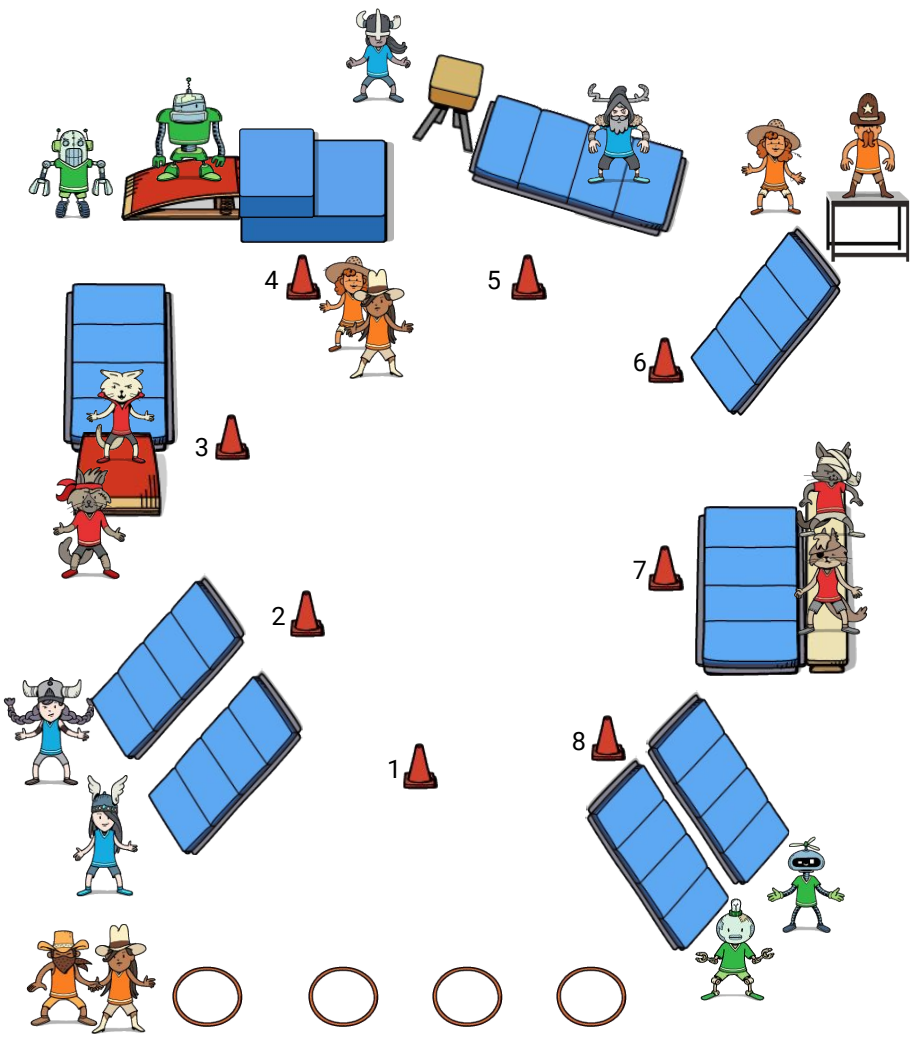
COMMENT JOUER

1. Sur votre Lü, ouvrez votre contenu aimé, dirigez-vous dans la section Dojö puis sélectionnez les options suivantes:
   a. *La fosse au serpent*;
   b. *Jouer*;
   c. Sans temps;
   d. Ordre aléatoire;
   e. 6 équipe;
   f. Mode jeu.
2. Au signal, les élèves au centre de l'aire de jeu commencent à bouger leur corde. Il ne poursuivent pas les élèves, mais ils créent plutôt un mouvement continu avec les cordes que les joueurs devront éviter.
3. Les élèves en ligne entrent un par un dans l'aire de jeu. Ils essaient de la traverser sans se faire toucher par une corde. Lorsqu'un premier obstacle est franchi, un deuxième élève peut entrer dans le parcours. Les élèves doivent attendre leur tour lorsque l'obstacle devant eux est déjà occupé par un pair.
4. Si une corde touche un élève, celui-ci doit aller réaliser un exercice sur l'écran Dojö. S'il parvient à franchir tous les obstacles sans être touché, il prend une poche à la fin du parcours et la rapporte à son équipe.
5. Lorsqu'un joueur perturbe un obstacle, le joueur qui contrôle la corde reprend tout simplement son mouvement.
6. Lorsque le temps imparti est écoulé, l'équipe qui possède le plus de sacs de fèves/sable gagne ! Changez les rôles et jouez à nouveau.
7. Faites un retour en grand groupe à l'aide des *Pistes de discussion* suggérées.

© Tous droits réservés - 2023

PARCOURS SAUTEUR

REPLÄY



Lü

COMPÉTENCES

- Nommer quelques perceptions provenant de son corps lorsqu'il est en mouvement ou immobile
- Nommer les appareils.★
- Exécuter différents sauts avec course d'élan.
- Exécuter différents sauts à partir d'un appareil ou d'un engin propulseur.
- Exécuter différents sauts par-dessus un obstacle à partir d'un engin propulseur.

VOCABULAIRE

- Actions de locomotion
- Équilibre
- Saut

MATÉRIEL

- Mouton sauteur
- Mini trampoline ou tremplin
- Boîte à sauter/plateforme
- Cartes Parcours sauteur imprimées
- Cerceaux
- Cônes
- Bancs
- Tapis

ORGANISATION

- 24 - 40 élèves, divisés en groupes de deux
- 40 minutes

Installez les activités de saut autour de l'aire de jeu tel qu'illustré.

Répartissez les équipes parmi les stations puis désignez le sens de la rotation.

PARCOURS SAUTEUR

REPLÄY

VARIATIONS

- Donnez le signal pour la rotation. Les élèves restent à leur atelier jusqu'au signal.

GRAND GROUPE

- Ajoutez des ateliers supplémentaires si l'équipement le permet.
- Installez un autre jeu de groupe au milieu du gymnase. Divisez votre groupe en deux, puis inversez les rôles.

PISTES DE DISCUSSION

- Que ressentez-vous avant de sauter? Pendant vos sauts?
- Sur quels appareils préférez-vous sauter?
- Quels sauts sont les plus faciles à exécuter pour vous? Les plus difficiles? Pourquoi?

COMMENT JOUER

1. Sur votre Lü, ouvrez l'application Repläy puis sélectionnez les options suivantes:
   a. *Jouer;*
   b. Miroir.

2. Au signal, les dyades exécutent la compétence de saut associée à leur atelier sécuritairement.

3. Lorsque les deux élèves ont sauté, ils se rendent à la prochaine activité de saut sur leur parcours. Si l'atelier est déjà occupé, ils attendent leur tour. Encouragez les élèves à passer lentement d'un poste à l'autre, en travaillant délibérément sur chaque compétence. Il ne s'agit pas d'une course!

4. Laissez aux élèves le temps de faire plusieurs fois le parcours puis faites un retour en grand groupe à l'aide des *Pistes de discussion* suggérées.

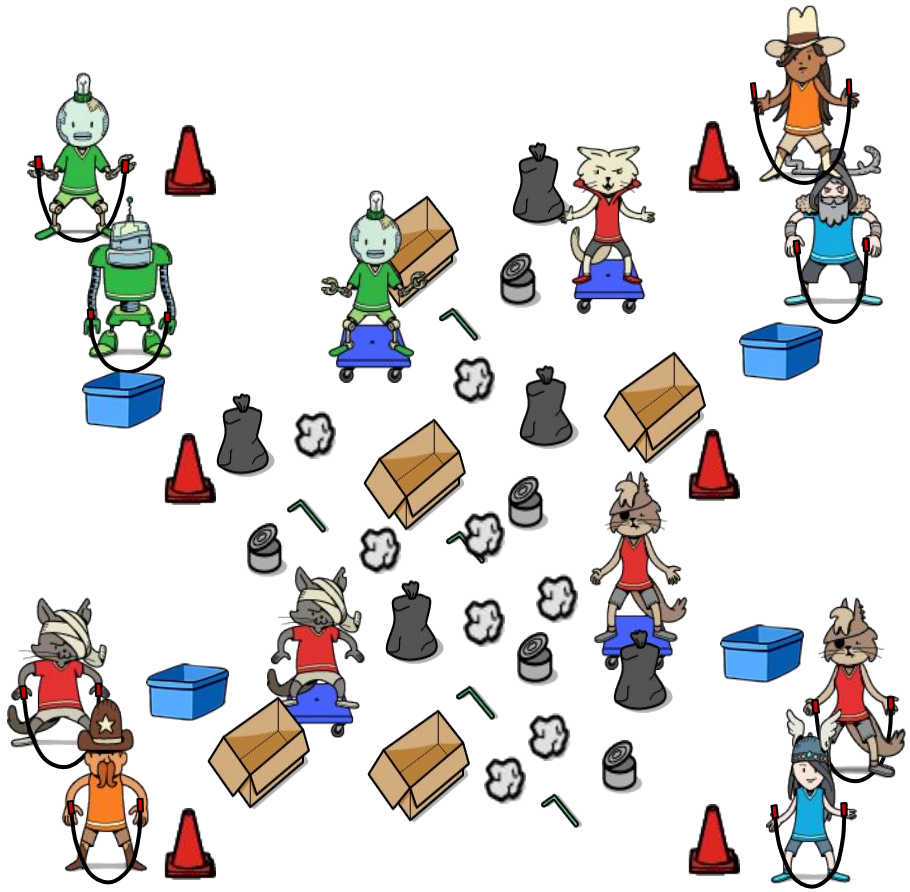
COMPÉTENCES

1. Foulées bondissantes
2. Saut en longueur avec élan
3. Saut en longueur à partir d'un engin propulseur
4. Saut avec
5. Saut de mouton avec appel en à pieds joints
6. Saut et roulade avant
7. Avancée sautée
8. Triple saut

© Tous droits réservés - 2023

POLLUTION MARINE

WÖRLDS



Lü

COMPÉTENCES

- Se déplacer à l'aide de différents objets.
- Sauter à la corde (saut de base).★ → en 3e année
- Sauter à la corde de différentes façons.★
- Donner à chacun la chance de jouer.
- Respecter ses adversaires.

VOCABULAIRE

- Actions de locomotion
- Actions de non-locomotion
- Saut
- Valeurs

MATÉRIEL

- 4 planches à roulettes
- 1 corde à sauter par élève
- Déchets variés: sacs, pailles, boîtes en carton, etc.
- 1 bac/poubelle par équipe
- Wörlds *Océan*

ORGANISATION

- 24 - 40 élèves, divisés en 4 groupes égaux
- 15 - 20 minutes

Chaque équipe détermine l'élève qui commence sur la planche à roulettes.

Les autres élèves s'installent dans la section attribuée à leur équipe avec leur corde à sauter.

POLLUTION MARINE

WÖRLDS

COMMENT JOUER

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

2. Animez une courte discussion sur les effets de la pollution marine ainsi que sur les sources d'énergie dites propres.

3. Au signal, les élèves sur les planches s'élancent dans l'océan pour ramasser un déchet à bord de leur sous-marin.

4. Pendant ce temps, les membres de l'équipe saute à la corde pour créer de l'énergie propre, du vent.

5. Lorsque l'élève sur la planche rapporte son déchet dans la poubelle de son équipe, il échange sa place avec un des joueurs qui saute à la corde. Le jeu continue ainsi.

6. Le jeu se termine lorsque tous les déchets ont été amassés. L'équipe ayant récolté le plus de déchets gagne.

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

VARIATIONS

- Demandez à vos élèves de se déplacer d'une manière particulière: sur les fesses, sur le ventre, vers l'avant, vers l'arrière, etc.
- Variez les types de sauts à la corde selon le niveau de vos élèves: saut de base, vers l'arrière, skieur, etc.

GRAND GROUPE

- Aménagez deux aires de jeu.

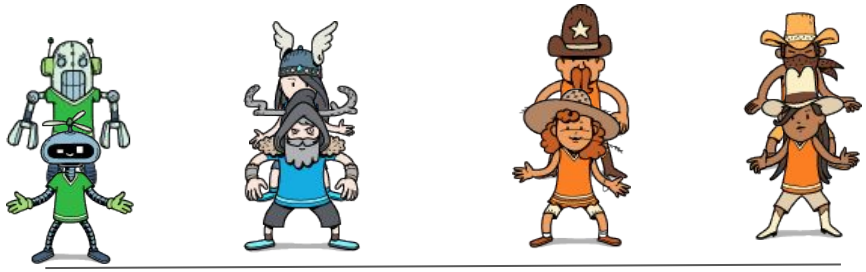
PISTES DE DISCUSSION

- Quelle action préfériez-vous: sauter à la corde ou vous déplacer sur la planche à roulettes?
- Pouvez-vous dire que vous avez donné la chance à tous de jouer de façon égale? Comment vous y êtes-vous pris?
- Avez-vous fait preuve de respect envers vos adversaires? Comment?
- Quelles sont lres règles de sécurité à respecter concernant le rangement du matériel? Pourquoi?

© Tous droits réservés - 2023

SYSTÈMES

LÜVIA





COMPÉTENCES

- Expliquer dans ses mots la fonction principale du système cardiovasculaire lors d'une activité physique.
- Expliquer dans ses mots la fonction principale du système respiratoire lors d'une activité physique.
- Se déplacer à l'aide de différents objets.
- Respecter l'adversaire dans la victoire.

VOCABULAIRE

- Parties du corps
- Actions de locomotion
- Coopération
- Santé et forme physique

MATÉRIEL

- 8 planches à roulettes
- 4 ballons mousse
- 4 cônes plats
- Lüvia *Fonctionnement du corps pendant une activité physique*

ORGANISATION

- 24 - 40 élèves, divisés en 4groupes égaux
- 10 - 15 minutes

Installez les ballons sur les cônes plat à 1 mètre de Lü.

Chaque équipe forme une file à 5 mètres devant Lü. Les deux premiers élèves de la file s'assoient sur une planche à roulettes.

VARIATIONS

- Selon le bloc de questions (système cardiovasculaire, système respiratoire, muscles), demandez aux élèves en attente de créer un exercice qui sollicite ce système.
- Exigez une méthode de déplacement sur la planche à roulette (assis, sur le ventre, vers l'avant, vers l'arrière, etc.).

GRAND GROUPE

- .Utilisez cette activité dans une période d'ateliers avec rotation. Ajustez le nombre d'équipes en conséquence.

PISTES DE DISCUSSION

- Qu'avez-vous appris aujourd'hui?
- Selon vous, pourquoi est-il important d'en apprendre plus sur le fonctionnement de son corps?
- Comment pouvez-vous être un bon gagnant/ un bon perdant?

COMMENT JOUER

1. Sur votre Lü, ouvrez votre contenu aimé, dirigez-vous dans la section Lüvia puis sélectionnez les options suivantes:
   a. *Fonctionnement du corps pendant une activité physique*.
   b. Jouer;
   c. 4 équipes;
   d. Séquentiel;
   e. Facile;
   f. Appuyez sur *Jouer* pour commencer.
   g. Laissez les élèves choisir l'avatar de leur équipe.

2. Au signal, les deux premiers élèves se déplacent sur leur planche à roulettes en direction de Lü afin de répondre à la question qui leur est posée. Ils lancent le ballon en mousse sur la projection autant de fois que nécessaire pour donner la bonne réponse.

3. Lorsqu'ils ont inscrit leur réponse, ils se lèvent, prennent leur planche à roulette dans leur main et courent retrouver leur équipe.

4. Les deux prochains joueurs se placent sur la planche à roulettes et se préparent pour la prochaine question. Ils commencent à s'avancer vers Lü au moment où la prochaine question s'affiche.

5. Au besoin, appuyez sur la barre d'espacement pour discuter de la réponse à une question avec vos élèves.

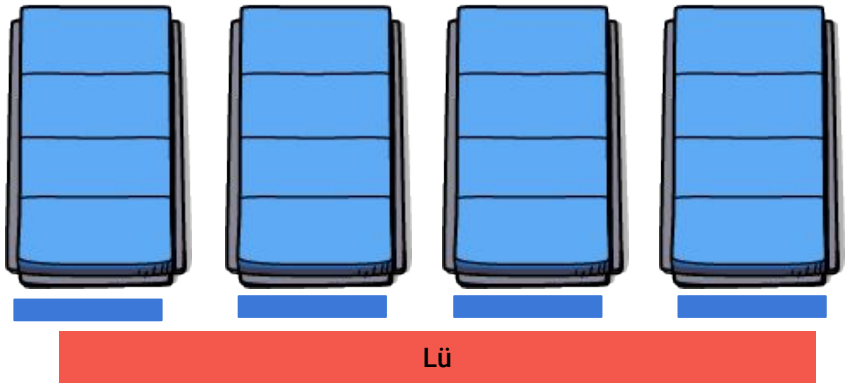
6. Lorsque le jeu est terminé, félicitez l'équipe gagnante puis faites un retour en grand groupe à l'aide des *Pistes de discussions* suggérées.

© Tous droits réservés - 2023

TOUJOURS PLUS HAUT

MIRE





COMPÉTENCES

- Exécuter différents sauts avec course d'élan.
- Expliquer l'importance d'utiliser le matériel de façon sécuritaire en fonction des types d'activités physiques.
- Nommer les règles de sécurité relatives à la disposition du matériel.
- Nommer les règles de sécurité relatives aux différents contextes de pratique d'activités physiques.★

VOCABULAIRE

- Alignement
- Saut
- Sécurité

MATÉRIEL

- 2 grands tapis par ligne, pour un maximum de 4 lignes

ORGANISATION

- 24 - 40 élèves, divisés en 4 groupes égaux
- 10 - 15 minutes

Installez un couloir en utilisant un grand tapis sur le sol menant au mur Lu, avec un autre grand tapis à l'extrémité de ce tapis, à plat contre le mur Lü

Les élèves sont répartis uniformément en file derrière chaque couloir.

TOUJOURS PLUS HAUT

MIRE

VARIATIONS

- L'équipe qui a le plus de points à la fin de la partie est la gagnante.
- Demandez à plusieurs élèves de participer en même temps (chacun dans son propre couloir). L'élève qui grimpe le plus haut sur le mur se retrouve en finale et se mesure aux gagnants des autres équipes.

GRAND GROUPE

- Divisez votre groupe en deux. Un groupe escalade le mur tandis que l'autre groupe effectue divers exercices liés au mur sur le mur opposé (assis sur le mur, pompes sur le mur, planche sur le mur, squat sur le mur, équilibre sur le mur, etc.

PISTES DE DISCUSSION

- Pourquoi cette activité nécessite-t-elle des tapis ?
- À quelle occasion pourriez-vous utiliser cette compétence en dehors de l'école ?
- Pensez-vous qu'il y aurait une différence dans la hauteur atteinte si votre dernier pas était fait par votre pied dominant ?

COMMENT JOUER

1. Sur votre Lü, ouvrez l'application Mire puis sélectionnez les options suivantes:
   a. Mode personnalisé;
   b. Durée;
   c. 10 minutes
   d. 4 colonnes;
   e. Jouer;
   f. Ajuster la taille des cibles au niveau de vos élèves;
   g. Ajuster la hauteur au sommet de chaque colonne;
   h. Appuyez sur *C'est parti* pour commencer.

2. Au signal, les élèves à l'avant de la ligne courent dans leur couloir et montent sur le tapis sur le mur en essayant de sauter le plus haut possible et de toucher la cible Lü avec leur main.

3. Les élèves retombent prudemment sur le tapis assigné à leur couloir puis quittent le l'aire de jeu pour se replacer derrière la file de leur équipe.

4. Lorsque le premier élève a quitté son couloir, c'est au tour de l'élève suivant. Le jeu se poursuit si le temps le permet.

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

© Tous droits réservés - 2023

VOYAGEURS DE L'ESPACE

WÖRLDS



Lü

COMPÉTENCES

- Faire des pas chassés et des pas croisés, virevolter.★
- Exécuter différents sauts avec course d'élan.
- Tourner autour de son axe dans les airs. ★ 3e année
- Maintenir des postures complexes en utilisant différents appuis.
- Nommer quelques façons d'être compris par l'autre.★
- Nommer quelques façons d'être réceptif aux messages des autres.★

VOCABULAIRE

- Communication
- Pas croisés
- Rotations

MATÉRIEL

- Wörlds *Voyageurs de l'espace*
- Matelas de gymnastique

ORGANISATION

- 24 - 80 élèves
- 15 - 20 minutes

Les élèves se dispersent dans l'aire de jeu.

Installez une deux lignes de matelas pour les actions de saut.

VOYAGEURS DE L'ESPACE

WÖRLDS

VARIATIONS

- Éliminez les membres de l'équipe qui sont trop lents à répondre ou qui ne réalisent pas l'action correctement. Les membres de l'équipe éliminés peuvent faire une activité physique (10 pompes) pour revenir dans le jeu.
- Utilisez les suggestions de vos élèves pour créer de nouvelles diapositives.

GRAND GROUPE

- Jouez comme indiqué en agrandissant l'aire de jeu selon les besoins..

PISTES DE DISCUSSION

- Quelle position était la plus facile à réaliser? La plus difficile? Pourquoi?
- Quelle consigne pourrait être ajoutée à cette activité?

COMMENT JOUER

1. Sur votre Lü, ouvrez l'application Wörlds, sélectionnez le contenu *Voyageurs de l'espace*. Appuyez sur *Jouer* pour commencer.

2. Choisissez un joueur pour être le capitaine. Les autres joueurs font partie de l'équipage. Avec des jeunes non-lecteurs, un adulte doit jouer le rôle du capitaine.

3. Présentez les différentes actions qui seront utilisées dans le jeu et pratiquez-les en groupe (voir la première diapositive du Wörlds). Demandez aux élèves d'effectuer les actions de saut sur les tapis aménagés à cet effet.

4. Pour commencer, le capitaine sélectionne une diapositive et appuie ensuite sur un chiffre de 1 à 5 pour afficher une commande sur Lü. Il y a 3 diapositives avec 5 commandes uniques sur chacune.

5. Le capitaine énonce l'action puis les élèves s'exécutent.

6. Appuyez à nouveau sur le même numéro de la télécommande pour supprimer la commande et en préparer une nouvelle. Le jeu se poursuit ainsi. Selon le niveau des élèves, le capitaine peut progressivement accélérer la sélection des commandes, en essayant d'embrouiller l'équipage.

7. N'oubliez pas d'utiliser les touches fléchées gauche et droite de la télécommande pour naviguer vers une nouvelle diapositive et obtenir de nouvelles options de commande.

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

© Tous droits réservés - 2023

VOYAGEURS DE L'ESPACE

SURVOL DES COMMANDES

COMMANDES

Météore!	Saut groupé avec élan
Téléscope	Arabesque
Vitesse de la lumière!	Pas chassés
Éclipse!	Saut avec course d'élan, appel sur un pied, réception sur deux pieds
Planète!	Virevolter lentement
Étoile filante!	Saut en longueur étoilé (les talons touchent les fesses et les bras sont en extension)
Éruption solaire!	Fentes sautées
Gravité!	Triple saut
Orbite	Invente une position complexe d' équilibre avec un partenaire
Satellite	Pas croisés en formant un cercle