



ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE LA GARDE SCOLAIRE
SOUTENIR
REPRÉSENTER
MOBILISER

L'hélicoptère

Groupe d'âge : Multiâge

Sautez pour éviter les pales de l'hélicoptère !



Matériel requis :

- De l'espace pour bouger
- Une grande corde à danser

Image :

Clkr-Free-Vector-Images sur Pixabay

Démarche

1. Les élèves sont disposés en grand cercle loin les uns des autres.
2. L'éducatrice se place au centre avec une longue corde à danser et la fait tourner comme les pales d'un hélicoptère.
3. Les élèves doivent sauter pour éviter la corde à danser. S'ils se font toucher, ils doivent faire une action (sauter 10 fois, faire des squats, etc.) avant de retourner au jeu.
4. Pour rendre le jeu plus difficile :
 - a. Utilisez deux cordes en même temps
 - b. Sauter sur un pied

*Inspiré de : <https://www.asphaltgreen.org/blog/rep-it-out-games-for-social-distancing>