

Activités physiques et sportives

autour du parachute

Au cycle 1 (PS/MS) :

➤ **Activités sans aucun autre matériel (sauf lecteur CD pour certaines situations) :**

- **Le manège** (cf. site educatout <http://www.educatout.com/activites/themes/le-parachute.htm>)

Demander aux enfants de tendre le parachute au maximum et de tourner tout simplement en essayant de le laisser le plus possible tendu. Profitez-en pour chanter des comptines.

- **Course à 1 main** (cf. site educatout)

Demander à chaque enfant de tenir le parachute d'une seule main en tendant l'autre main pour garder l'équilibre. Ils doivent courir en rond dans une direction, puis changer de main et courir dans l'autre direction au signal sonore (taper dans les mains ...). Une autre formule serait d'utiliser une musique comme signal pour changer de direction (vous pouvez, par exemple, changer de direction chaque fois que la musique s'arrête). Matériel éventuel : lecteur CD + CD

- **La crêpe** (cf. site educatout)

- Facile : « Au premier signal, levez le parachute à la hauteur des hanches. Au deuxième signal, levez le parachute au dessus de vos têtes et à "go", lâchez le tout ! »
- Difficile : les enfants soulèvent le parachute en parapluie et le lâchent ensemble au lieu de le retenir, au signal de l'enseignant. La toile s'envole alors dans les airs et si le tout a été bien synchronisé, il se retourne comme une crêpe avant de descendre.

- **La mer** (cf. site educatout)

Chaque enfant prend une poignée et il s'agit simplement d'agiter le parachute. Commencer par des vagues toutes douces pour augmenter progressivement la force et terminer avec une véritable tempête en mer !

- **La pêche** (cf. site educatout)

Mettre de la musique rythmée. La moitié du groupe tient le parachute et le fait « vaguer » pendant que l'autre moitié se déplace à quatre pattes, en entrant et sortant sous le parachute. Lorsque la musique s'arrête, les enfants qui tiennent le parachute doivent capturer les enfants qui sont sous la toile en s'accroupissant, sans lâcher le parachute.

- **Cache cache** (cf. site educatout)

Demander aux enfants de se déplacer partout dans la cour au son de la musique. Lorsque la musique s'arrête, les enfants doivent s'accroupir et se cacher les yeux en se recroquevillant. L'enseignant cache alors un (ou plusieurs) enfant(s) avec le parachute. À son signal, les autres enfants ouvrent les yeux et doivent deviner qui se cache(nt) sous la toile.

Matériel : petit parachute

➤ **Activités avec du matériel supplémentaire :**

- **Jeu de kim** (cf. site educatout)

Matériel : petits objets de différentes couleurs

Sélectionnez différents objets. Montrez-les aux enfants pendant quelques secondes en expliquant que vous allez en enlever un ou plusieurs. Demandez ensuite aux enfants de prendre le parachute et de venir le placer au dessus des objets, afin de les cacher. Dès-lors, demandez à un enfant d'aller sous le parachute pour enlever un ou plusieurs objets (qui seront cachés par ce dernier). Ensuite, faites déplacer le parachute, afin de le poser à côté des objets. Enfin, demandez aux enfants de deviner quel(s) objet(s) est (sont) manquant(s).

- **Pop corn** (cf. site educatout)

Matériel : balles de tennis, balles en mousse, balles de tennis de table, volants de badminton

Tous les enfants prennent une poignée. Déposez des objets (voir matériel ci-dessus) sur le parachute. Les enfants doivent brasser énergiquement le parachute pour faire voler les objets dans les airs. Ce jeu peut être adapté selon les thématiques que vous travaillez avec les enfants.

Au cycle 2 (GS/CE1) :

➤ **Activités sans aucun autre matériel :**

- **La tente** (cf. doc. Stage EPS Oslo)

Les joueurs lèvent la toile parachute et la redescendent pour pouvoir la ramener sous leurs fesses et s'asseoir dessus, en empêchant l'air d'en sortir. On peut y rester quelques minutes, en se racontant des histoires, en faisant des jeux de mimes, en jouant une pièce de théâtre ou un sketch...

- **Les cheveux électriques** (cf. site educatout)

Divisez le groupe en deux équipes. La première équipe s'assoit en dessous du parachute. Les autres prennent une poignée tout autour. Demander aux enfants qui tiennent le parachute de tirer doucement le parachute d'un côté et de l'autre pour créer un frottement sur la tête des enfants assis en dessous. Le résultat est spectaculaire !

- **Salade de fruits** (cf. site educatout)

Les enfants lèvent la toile dans les airs comme pour faire un parapluie, mais l'enseignant les invite à changer de place à l'appel d'une couleur, donnée à chacun en début d'activité. Les enfants dont la couleur a été appelée doivent lâcher le parachute, passer dessous pour regagner la place d'un autre joueur de la même couleur et tout ça, avant que la toile ne touche le sol ! Alors attention, observez bien l'emplacement des autres joueurs de votre équipe avant que le jeu ne commence !

➤ **Activités avec du matériel supplémentaire :**

- **Chasse aux foulards** (cf. site educatout)

Déposez un foulard de chaque couleur représentée sur votre parachute. À l'appel de la couleur, les enfants qui tiennent une poignée dans le segment de cette couleur doivent lâcher leur poignée et courir le plus rapidement possible sous la toile pour ramasser le foulard de la bonne couleur et revenir le plus vite possible à sa position de départ.

Matériel : pour chaque couleur, autant de foulards que d'enfants

- **Le pop-corn** (cf. site www.bafa.free.fr/jeux/parachutes/parachutes.htm)

Faire sauter une balle le plus haut possible mais en la rattrapant toujours dans le parachute. Les joueurs tiennent le parachute à hauteur de la taille. On place une balle au centre du parachute. Les joueurs vont donner un rythme de plus en plus ample afin de faire voler la balle. Lorsque la balle redescend, le parachute doit la suivre afin qu'elle retombe dedans et puisse être renvoyée.

Matériel : 1 balle ou 1 ballon, en mousse

- **Jouer avec des accessoires** (cf. doc. Stage EPS Oslo)

Serrer la corde au milieu de la toile, puis placer une balle en mousse au milieu. Laisser les enfants faire rouler la balle sur la toile. Augmenter la difficulté de l'exercice en faisant rouler la balle vers un enfant nommé.

Matériel : 1 balle ou 1 ballon, en mousse

- **Nord-Sud** (cf. doc. Stage EPS Oslo)

Les joueurs sont autour du parachute. On divise l'effectif en 2 équipes, côté Nord et côté Sud. On met un ballon mousse sur le parachute et au signal de l'enseignant, les 2 équipes font des vagues de façon à amener le ballon à aller du côté opposé à leur équipe. L'équipe qui réussit à faire tomber le ballon du parachute, du côté opposé, gagne.

Matériel : 1 balle ou 1 ballon, en mousse

Au cycle 3 (CE2/CM2) :

➤ **Activités sans aucun autre matériel :**

- **Improvisation** (cf. site www.bafa.free.fr/jeux/parachutes/parachutes.htm)

Trois participants (ou plus) vont se cacher sous le parachute et ont 1 minute pour préparer un sketch selon un thème choisi par le meneur de jeu. Après le temps alloué, les autres participants font un parapluie pour faire place à l'improvisation.

➤ Activités avec du matériel supplémentaire :

- **Jouer avec des accessoires** (cf. doc. Stage EPS Oslo)

Voir règles au-dessus

- **Nord-Sud** (cf. doc. Stage EPS Oslo)

Voir règles au-dessus

- **Jeux d'équipe**

- ✓ Faire se déplacer un ballon de joueur en joueur voisin, de plus en plus vite. Vers le jeu de l'horloge : essayer de réaliser le plus de tours possibles en un temps donné. Si la balle tombe au sol, il faut repartir à 0 !
- ✓ Demandez aux enfants de prendre une poignée et de tendre le parachute au maximum, à la hauteur des hanches. Déposez une balle sur le parachute et, avec des mouvements de va-et-vient et une belle coopération, essayez de la faire passer dans le trou au centre du parachute.
Matériel : 1 balle
- ✓ Diviser le groupe en 2 équipes. Le but est de faire sortir la balle adverse du parachute.
Matériel : 2 balles de couleur différente
- ✓ Diviser le groupe en 2 équipes. Chaque équipe a sa couleur de balle. Placer les 2 balles sur la toile. Le but est de faire passer sa balle dans le trou avant celle des adversaires. Compter les points.
Matériel : 2 balles de couleur différente

De nombreuses autres situations sont à inventer !