

Jeu d'échauffement et de réflexes

Objectifs pédagogiques du jeu :

- 1) objectif éducatif et/ou relationnel du jeu :
 - Développer l'attention et la réactivité
 - Activer le système cardio-vasculaire
- 2) apprentissages circassiens à en dégager :
 - Découvrir les agrès
- 3) apprentissages artistiques à en dégager :

Tranche d'âge des participant·es : À partir de 5 ans

Durée moyenne du jeu : 5 minutes

Nombre de participant·es : de 6 à 16

Matériel - accessoires : Plusieurs agrès : tapis, fil, boule, trapèze, modules, mât...etc

Espace nécessaire : Environ 10m x 10m

Sécurité : Adapter l'épaisseur des tapis selon les agrès utilisés

Déroulement du jeu :

L'intervenant·e délimite la surface "Terre" sur des tapis disposés au sol et invite le groupe à s'y retrouver pour expliquer les consignes.

Chaque élément énoncé correspond à une action à réaliser par les participant·es :

- Feu : courir en montant les genoux
- Terre : se regrouper sur les tapis
- Eau : se percher sur les agrès
- Coquille : se cacher

Jeu d'élimination : sont éliminé·es les moins réactif·ives selon les consignes, celles·ceux qui ne tiennent pas en équilibre ou qui se trompent.

Variante du jeu :

Le/La premier·ère éliminé·e peut énoncer les actions.

L'intervenant·e peut augmenter le nombre d'actions en proposant de nouvelles consignes.

Les participant·es éliminé·es peuvent se transformer en porteur·euse : les participant·es restant·es en jeu peuvent faire un porté et faire revenir le/la porteur·euse dans la partie.

