

# Activité

## Jeux de parachute

### *Un igloo*

Les enfants commencent avec le parachute gonflé en le tenant les bras croisés (le droit sur le gauche). Ils lèvent le parachute le plus haut possible en se tournant vers la droite. Puis, ils se cachent et forment un igloo.

### *Un tournesol*

Les élèves soulèvent le parachute et font trois pas vers l'avant. Ils ramènent rapidement le parachute au sol et se mettent à genoux sur la bordure extérieure. Ils se tiennent les mains et, au signal, se penchent d'abord vers l'avant puis se redressent à nouveau pour représenter un tournesol qui s'ouvre et se ferme.

### *Un champignon*

Les élèves soulèvent le parachute et font trois pas vers l'avant. Ils ramènent rapidement le parachute au sol et s'assoient, se mettent à genou ou se couchent sous le parachute en tenant la bordure au sol.

### *Une course avec un cerf-volant*

La moitié des élèves tient un côté du parachute d'une main. Le leader pointe la direction vers laquelle ils vont courir en gardant le parachute en l'air comme un cerf-volant.

### *Les montagnes russes*

Mettez un ballon sur le parachute élevé. Les élèves doivent faire rouler le ballon autour du parachute en levant et en baissant celui-ci, dans un mouvement continu. Vous pouvez utiliser deux ballons.

### *L'échange de chiffres*

Assignez aux élèves les chiffres de 1 à 4. Nommez un chiffre quand le parachute forme un dôme et les élèves auxquels ce chiffre a été assigné doivent changer de place avant que le parachute redescende. Ils peuvent varier leurs mouvements de locomotion.

Vous pouvez demander aux élèves de faire différentes choses lorsqu'ils passent sous le parachute

(ex. : tourner quelques fois, sauter à la corde, lancer et attraper un sac de fèves, faire bondir une balle un certain nombre de fois, etc.). Les objets nécessaires sont déjà sous le parachute avant que celui-ci forme un dôme.



### *Le carrousel chantant*

Les élèves se placent autour du parachute; ensemble ils essaient de garder le parachute élevé, tout en se déplaçant en cercle comme un carrousel. Chantez des chansons ou des comptines lors des déplacements.

### ***Des vagues***

Pour secouer le parachute, les élèves doivent faire des mouvements légers ou forts. Faire des vagues, c'est faire de grands mouvements pour faire onduler le parachute vers le haut et vers le bas comme le mouvement de la mer. Ces dernières peuvent être petites, moyennes ou grosses. Les élèves peuvent alterner pour voir qui fait les meilleures vagues.

### ***Du maïs soufflé***

Placez des balles ou des sacs de fèves sur le parachute. Les élèves doivent faire des vagues avec le parachute pour faire sauter les balles comme du maïs soufflé. À la fin du jeu, les élèves doivent essayer de faire bondir les balles hors du parachute.

### ***Le requin***

Les élèves s'assoient par terre et se couvrent les jambes avec le parachute en le tenant fermement. Un élève est le requin et il doit ramper sous le parachute. Les autres élèves doivent faire des vagues ou des ondulations pour représenter le mouvement de l'eau. Si le requin attrape le pied d'un élève et tire dessus, ce dernier va sous le parachute et devient aussi un requin. Le jeu se poursuit jusqu'à ce que tous les élèves se retrouvent sous le parachute. Avis de sécurité : Les élèves n'ont pas le droit de donner des coups de poing ou des coups de pied au requin.

### ***Le chat et la souris***

Les élèves s'assoient autour du parachute et font de petites vagues. Une souris cachée sous le parachute essaie de se sauver du chat qui est à quatre pattes sur le parachute et tente d'attraper la souris. Avis de sécurité : Demander au chat d'enlever ses souliers, afin de ne pas endommager le parachute ni de blesser la souris.



#### **Activités**

Habiletés fondamentales	
Application des habiletés fondamentales	



#### **Bienfaits pour la santé**

Condition physique fonctionnelle	
Image corporelle	
Bien-être	



#### **Coopération**

Communication	
Esprit sportif	
Leadership	
Travail d'équipe	



#### **Dynamisme soutenu**

Effort	
Sécurité	
Établissement d'objectifs/défi personnel	
Vie active dans la communauté	