

Chers collègues et athlètes,

Le printemps approche...l'arrivée de la flamme en France aussi !

De plus, du 2 au 6 avril, la semaine olympique et paralympique vous permettra une fois encore de mettre en acte les valeurs de citoyenneté, de respect et d'amitié.

Le septième défi olympique sera un défi artistique, coopératif, sportif et parasportif

### Défi olympique n°7

Que la flamme olympique circule !



Vous trouverez ci-dessous :

- Un défi artistique
- Un défi sportif
- Un défi parasportif

Pour recevoir le badge du défi, rien de plus simple : je fais le défi avec ma classe et j'en informe mon CPC via le lien suivant : <https://framaforms.org/defi-jop-ndeg7-1709560263>

**Vous avez jusqu'aux vacances de Pâques pour valider !**

N'oubliez pas de partager vos photos ou vidéos !

# DEFI ARTISTIQUE : La torche olympique

Réaliser par classe une torche olympique personnalisée pour votre école.  
Définir un parcours dans l'école pour la faire circuler.

Un peu d'histoire :

[https://stillmed.olympic.org/media/Document%20Library/OlympicOrg/Documents/Document-Set-Teachers-The-Main-Olympic-Topics/La-flamme-olympique-et-le-relais.pdf#\\_ga=1.113349255.105971277.1482485635](https://stillmed.olympic.org/media/Document%20Library/OlympicOrg/Documents/Document-Set-Teachers-The-Main-Olympic-Topics/La-flamme-olympique-et-le-relais.pdf#_ga=1.113349255.105971277.1482485635)

Utilisée pour la première fois lors des Jeux Olympiques d'Été de Berlin 1936, la torche des Jeux Olympiques d'Été et d'Hiver est une manifestation des valeurs positives que l'homme a toujours associées à la symbolique du feu et fait ainsi le lien entre les Jeux anciens et les Jeux modernes.

Les torches sont construites pour résister aux effets du vent et de la pluie lorsqu'elles transportent la flamme olympique et incarnent par leur forme, leur couleur et leurs motifs uniques l'identité du pays hôte et l'esprit des Jeux.

Quelque mois avant l'ouverture des Jeux Olympiques, une flamme est allumée à Olympie, en Grèce. Ce lieu rappelle le lien entre les Jeux Olympiques de l'Antiquité et les Jeux modernes. Depuis ce point de départ, la flamme est relayée durant plusieurs semaines jusqu'à la ville hôte des Jeux, principalement par des coureurs à pied, mais également par d'autres modes de transport.

Tout au long du parcours, la flamme annonce les Jeux Olympiques et transmet un message de paix et d'amitié aux peuples. Le relais de la flamme prend fin lors de la cérémonie d'ouverture des Jeux Olympiques. Le dernier relayeur (ou parfois les derniers relayeurs) fait son entrée dans le stade et allume la vasque avec la flamme Olympique. Les Jeux peuvent alors commencer !

**La torche des Jeux Olympiques et Paralympiques de Paris** est un objet d'art à part entière qui se devait d'être à l'image des Jeux de Paris 2024. Elle a été créée par le designer français Mathieu Lehanneur. <https://www.paris2024.org/fr/design-torche/>

## Quelques pistes pour vous aider :

- Construire une torche en choisissant un ou plusieurs matériaux comme le bois, le fer (grillage, fil de fer), la terre, le carton, le plastique, le verre ... Vous pouvez aussi assembler plusieurs matériaux.
- Détourner un objet comme une bouteille, un parapluie... et le décorer d'une boule ou guirlande lumineuse pour en faire une torche
- Pour plus de sécurité, réaliser la flamme avec guirlande/boule lumineuse, bougie LED, lampe frontale/torche
- Personnaliser la torche en la décorant selon l'identité de l'école.

<https://olympics.com/fr/olympic-games/olympic-torch-relay>

Faites-vous plaisir avec vos élèves en laissant parler votre créativité !

# DEFI SPORTIF : défi coopératif

## Cycle 1

### Coopérer avec le parachute

Son atout est sa taille, non manipulable par un seul élève mais par tout un groupe ; ses propriétés physiques et son inertie (un tissu souple que l'on peut tendre, gonfler d'air, etc.) permettent d'agir et d'observer des réactions inhabituelles.

Matériel : un parachute coloré (4,8,16, 32 poignées) ou une nappe ronde, des accessoires (balles, ballons, doudous)

- **Préparation de l'activité en amont :**

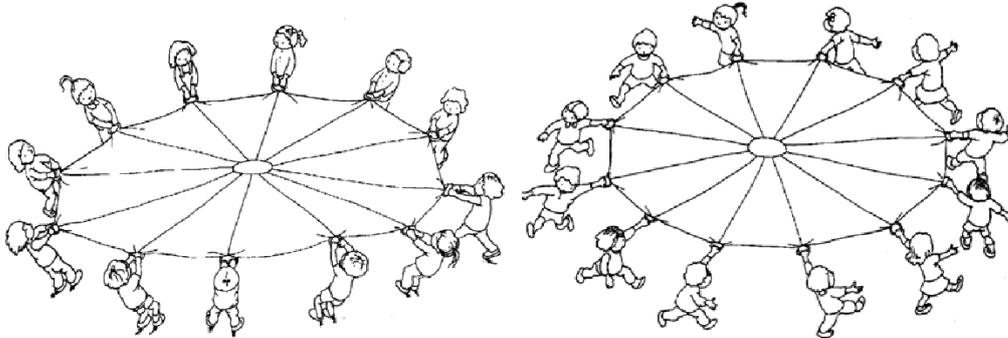
Découvrir le parachute :

« A quoi cet objet fait-il penser ? quelle est sa forme ? Que peut-on faire avec ? »

Donner le nom, la forme, nommer les couleurs, observer les poignées, le trou central.

Annoncer des règles : ne pas marcher sur la toile avec les chaussures, éviter de passer la tête par le trou.

Proposer des jeux où les enfants tiennent d'abord une poignée, puis deux, jouer avec les couleurs, faire la ronde, faire gonfler le parachute, varier les mouvements et l'ampleur des gestes.



- **Déroulement de l'activité :**

1/ Jeux sans objet : gonfler le parachute → tous les élèves tiennent le parachute les bras tendus vers le haut et le lâchent tous en même temps. Ils le rattrapent, le gonflent, le lâchent et se cachent dessous.

Jeu du filet du pêcheur. Faire 2 équipes → une équipe de pêcheurs qui tient le parachute, une équipe de poissons qui passe sous le parachute. Les pêcheurs se mettent d'accord sur un nombre puis comptent en levant le parachute, les poissons vont se cacher en dessous, entrent, sortent... Au nombre choisi, les pêcheurs baissent le parachute pour attraper les poissons. Puis échanger les rôles.

2/ Jeu avec objets : jeu du pop-corn → l'équipe A tient et tend le parachute, l'équipe B dépose les objets sur la toile du parachute, l'équipe A fait sauter les objets sans les faire sortir. L'équipe B rattrape les objets qui pourraient sortir du parachute.

### Coopérer pour construire

Matériel : de petits et gros cartons (cartons que les élèves ne peuvent porter seuls)  
2 tapis de couleurs différentes + des plots

Placer tous les cartons au milieu de la pièce.

Placer les 2 tapis en vis-à-vis, de chaque côté du tas de cartons. Faire 2 équipes réparties sur les 2 tapis. Utiliser les plots pour faire 2 portes

Consignes : transporter ensemble les cartons sur le tapis de son équipe en passant par la porte et y construire une tour.

## Cycle 2

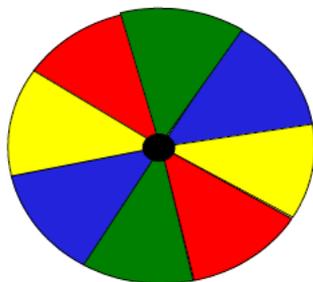
### Coopérer avec le parachute

Matériel : un parachute coloré (4,8,16, 32 poignées) ou une nappe ronde  
objets divers

- **Déroulement de l'activité :**

1/ Jeux sans objet : *CAPE BATMAN* → faire 2 équipes. L'équipe A tient et gonfle le parachute. Toute l'équipe se déplace en tenant la toile comme une cape. Lorsque l'équipe A arrive à proximité de l'équipe B, elle lance le parachute en l'air. Celui-ci doit être récupéré par l'équipe B avant de toucher le sol.

2/ Jeux avec objets : jeu des déménageurs → Faire 2 équipes. L'équipe A tient et gonfle le parachute, l'équipe B passe sous le parachute pour récupérer les objets sans se faire toucher par le parachute. Au signal, l'équipe A gonfle et dégonfle le parachute (en restant debout). L'équipe B passe dessous et ramasse les objets. Ne prendre qu'un objet par passage. Lorsqu'il n'y a plus d'objets ou qu'un membre de l'équipe est touché par le parachute, le déménagement est terminé ! Puis échanger les rôles.

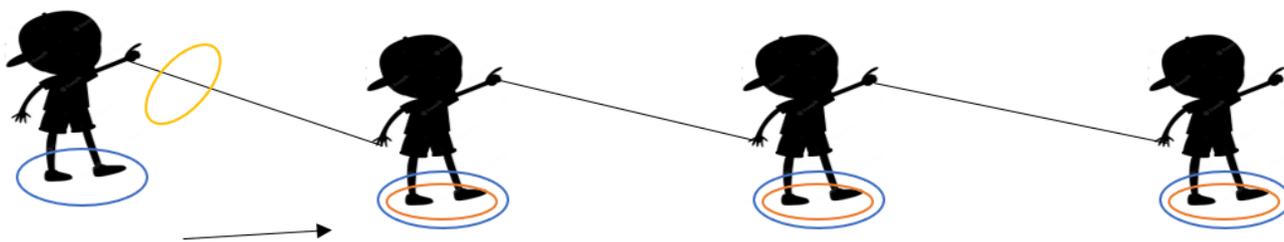


### Coopérer pour faire circuler

Matériel : cerceaux, cordes

- **Préparation de l'activité :**

Faire 4 équipes de 6 élèves. Disposer des cerceaux en ligne dans la salle, une ligne par équipe. 2 équipes jouent en face à face. Les 2 autres équipes tiennent un rôle d'observateurs, d'arbitre, de chronométrateur.



- **Déroulement de l'activité :**

Un élève se place dans chaque cerceau. Une corde est tendue entre chaque élève. Au signal, le premier élève de la ligne prend un cerceau posé à ses pieds, le passe dans la corde et le fait glisser jusqu'au deuxième élève. Le deuxième récupère le cerceau et le fait passer à son tour au troisième élève. Et ainsi de suite jusqu'au 6<sup>ème</sup> élève.

Tous les cerceaux posés au pied du premier de la ligne doivent circuler jusqu'au bout le plus rapidement possible.

L'équipe observatrice s'occupe du chronomètre et de noter le temps réalisé par l'équipe.

A la fin, les équipes les plus rapides pourront s'affronter.

## Cycle 3

### Coopérer pour le tir à la corde

Matériel : des cordes, des objets lourds (pneus, sacs de pierre...), plots, foulard

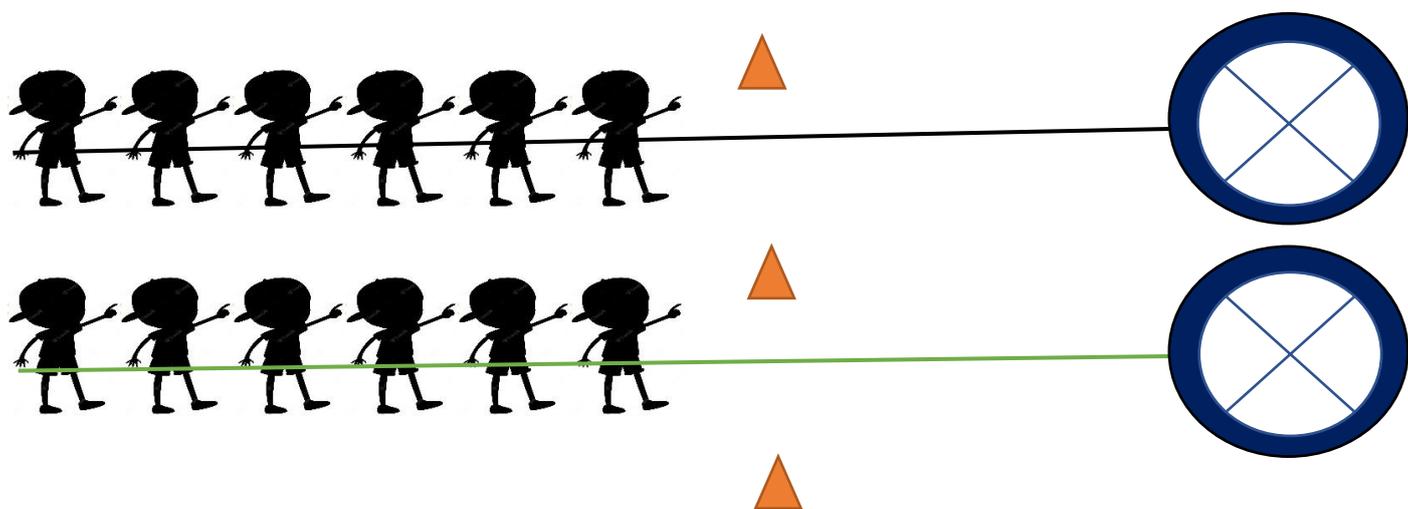
- **Préparation de l'activité :**

Faire 4 équipes de 6 élèves.

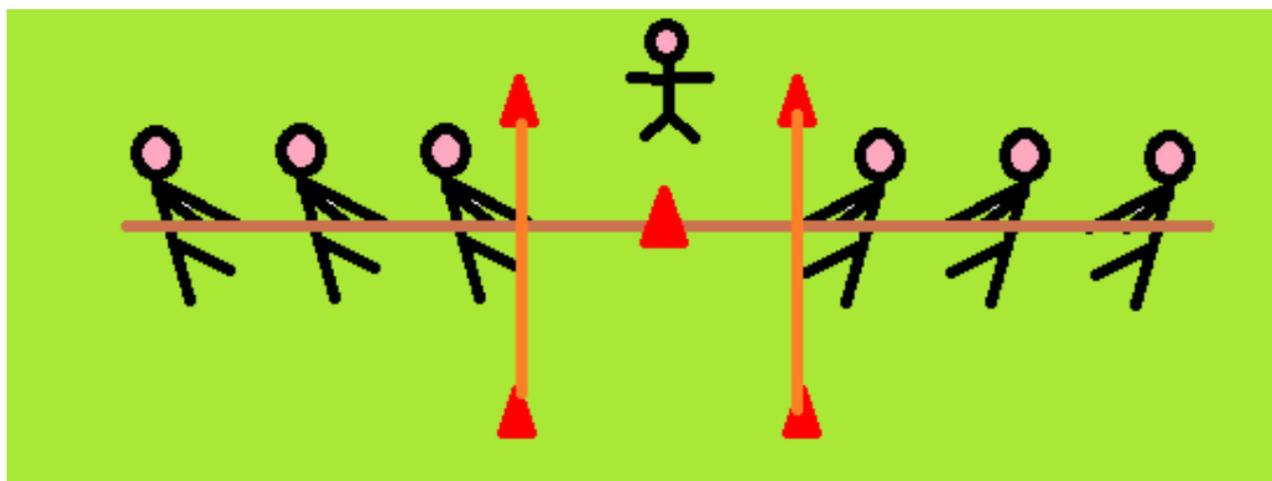
Préparer 2 terrains en parallèle : Tendre une corde reliée à un/des objets lourds. Placer des plots en ligne pour démarquer le terrain de tir.

- **Déroulement de l'activité :**

1/ Tir à la corde en parallèle : Au signal, chaque équipe unit ses forces pour tirer et ramener l'objet lourd /les objets lourds de l'autre côté des plots. L'équipe la plus rapide a gagné.



2/ tir à la corde en duel : Au départ, chaque équipe tient la corde chacune dans sa zone (sans tirer). Un foulard est noué au centre. Choisir un arbitre. Au signal, chaque équipe doit tirer sur la corde pour gagner du terrain et amener l'équipe adverse dans son camp. Ne pas lâcher la corde sinon risque de chute.



## Coopérer pour faire le tour du monde

Matériel : 8 cerceaux, 4 plots, 2 ballons

But : Faire passer le ballon par tous les continents et faire le « tour du monde ».

- **Préparation de l'activité :**

Faire 4 équipes de 6 élèves. Les équipes jouent 2 par 2.

Disperser 5 cerceaux dans un large cercle, à l'extérieur du cercle, placer 2 cerceaux et 4 plots côte à côte pour définir les zones de départ. Poser un ballon dans le cerceau de chaque équipe

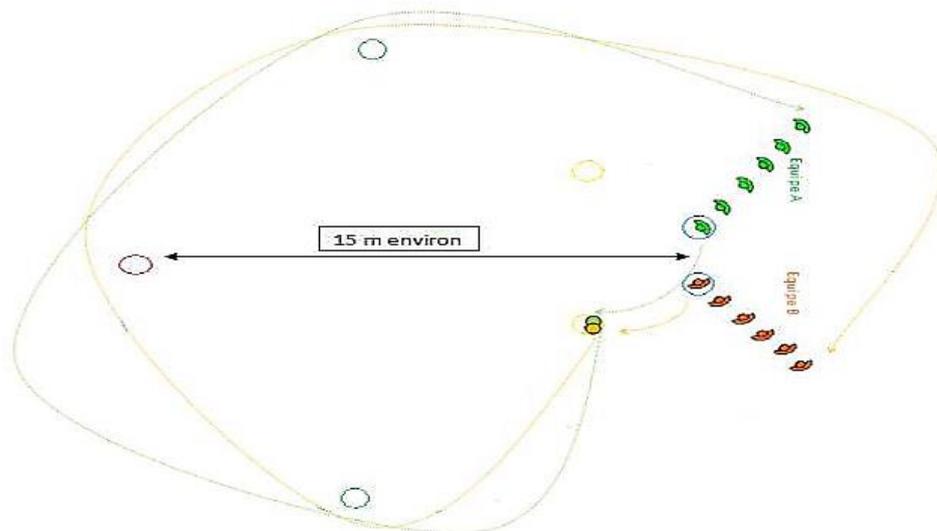
- **Déroulement de l'activité :**

2 équipes se placent en file indienne dans les cerceaux de départ.

Au signal, le premier équipier de chaque équipe part dans le **sens des aiguilles d'une montre** pour aller déposer son ballon sur le 1er continent (dans le 1er cerceau), puis, il effectue le tour du monde pour aller se placer derrière ses coéquipiers. Il transmet alors le signal de départ en donnant une tape sur l'épaule du joueur devant lui, qui le transmet à son tour à celui qui le précède et ainsi de suite jusqu'au joueur qui a pris sa place dans le cerceau de départ.

Le deuxième joueur quitte son cerceau pour aller chercher le ballon déposé dans le 1er continent et l'apporter sur le 2ème continent avant d'effectuer lui aussi son tour du monde et de revenir se placer derrière ses coéquipiers.

Le jeu se poursuit de la même manière jusqu'au 6ème équipier qui récupère le ballon situé sur le 5ème continent puis revient se placer ballon en main derrière ses camarades. Il le passe à l'équipier situé devant lui qui le transmet à son tour et ainsi de suite en remontant jusqu'au 1<sup>er</sup> équipier qui a repris sa place initiale dans le cerceau de départ.



## Coopérer pour se démêler : le nœud humain

Nombre de joueurs : 10 et plus (plus le nombre de joueurs est élevé, plus le « démêlage » est difficile).

But : trouver des solutions collectivement pour défaire le nœud en restant en contact les uns avec les autres.

- **Déroulement de l'activité :**

Les joueurs forment un cercle où ils sont épaule contre épaule. Tout le monde ferme les yeux et tend ses bras en avant. Chacun attrape une main avec chacune des siennes. Le nœud étant fait, les joueurs ouvrent les yeux et doivent essayer de le défaire tous ensemble sans se lâcher les mains

# DEFI PARASPORTIF

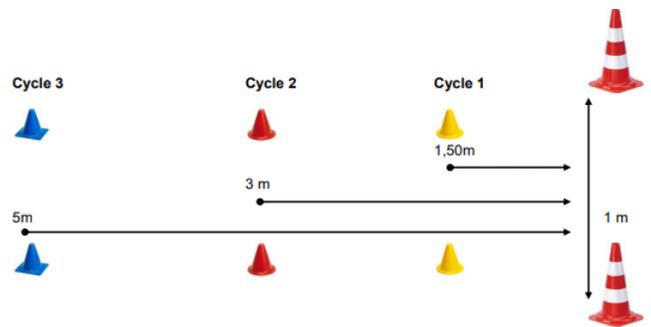
Reprendre le défi n°1 et le transformer en un défi parasportif et toujours coopératif.

## **Atelier n°1 : Marquer un but à l'aveugle !**

Objectif : marquer un but en 3 essais avec un bandeau sur les yeux

Matériel :

- 2 cônes = cage
- 1 ballon
- Mini-cônes = position de tir
- Des bandeaux pour les yeux



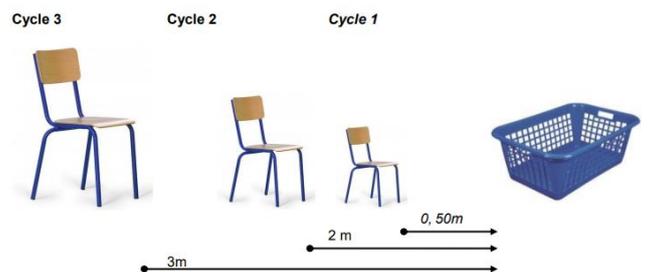
Dispositif : Les joueurs se mettent en rang par deux (un valide et un avec les yeux bandés). Chacun à leur tour, chaque duo vient se placer à la hauteur de sa position de tir pour effectuer 3 tirs. Le joueur 1 guide le joueur 2 pour tirer. Puis inversement des rôles.

## **Atelier n°2 : Lancer assis avec un seul bras**

Objectif : marquer un panier avec l'un des 3 objets en se servant d'un seul bras.

Matériel :

- 1 chaise (taille adaptée à la taille)
- 1 cerceau avec 3 objets à lancer (sac de graines, balle lestée ou en tissu, peluche, anneau)
- 1 panier = corbeille à linge, poubelle, carton



Dispositif : Le lanceur est assis sur la chaise. Un bras libre et l'autre coincé dans sa manche. Attraper un objet et le lancer dans la caisse.

## **Atelier n°3 : Remplis la caisse en duo valide/non valide**

Objectif : rapporter les objets dans la caisse le plus rapidement possible en restant en duo

Matériel :

- 1 corbeille = réception des objets
- 3 fois plus d'objets que d'élèves, déposés au hasard dans l'espace
- 1 planche à roulette par duo
- 1 dispositif pour mesurer le temps et une fiche de résultats

Dispositif : préparer les duos : un élève valide (qui pousse) et un élève assis sur la planche à roulette ou sur une chaise (qui peut glisser facilement). Les élèves sont à proximité de la corbeille. L'élève chronomètreur donne le départ. Les duos se déplacent pour ramasser les objets et les porter dans la caisse. Seul l'élève assis peut prendre et transporter l'objet ramassé, seul l'élève valide peut poser l'objet dans la caisse.

Attention : les objets doivent être rapportés un par un dans la corbeille. Cette activité peut être réalisée 3 fois.



Exemple de fiche de résultats :

	Partie 1	Partie 2	Partie 3
Equipe A			
Equipe B			
Equipe C			
Equipe D			

### Variante possible (pas de chronomètreur)

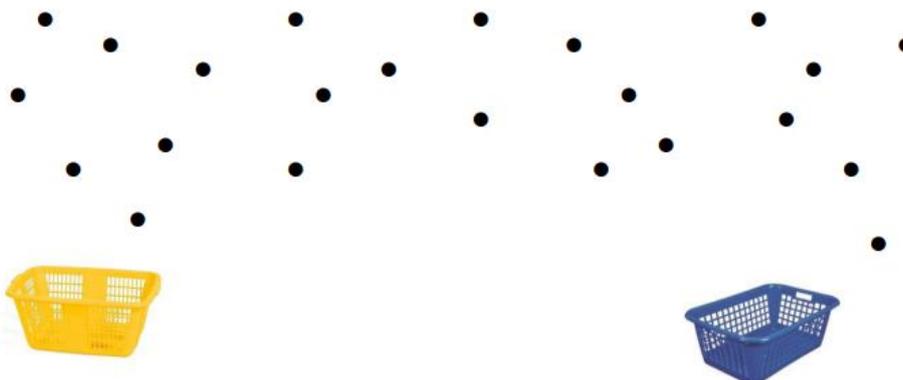
Prévoir 2 corbeilles pour réceptionner les objets.

Les élèves sont partagés en 2 groupes : dossards jaunes / dossards bleus

Les duos jouent pour une équipe.

L'équipe gagnante est celle qui a rapporté le plus d'objets dans sa caisse.

Prévoir revanche et belle !



### Atelier n°4 : Le saut en croix en duo voyant/non voyant

Objectif : rebondir le plus vite possible

Matériel :

Craies (adhésifs si en intérieur)

Pour le cycle 1, tracer une marelle de cinq cases alignées de 20cm sur 20cm

Pour les cycles 2 et 3, tracer deux croix de 5 carrés identiques de 30x30 cm et numérotés de 0 à 4

Dispositif :

### Cycle 1

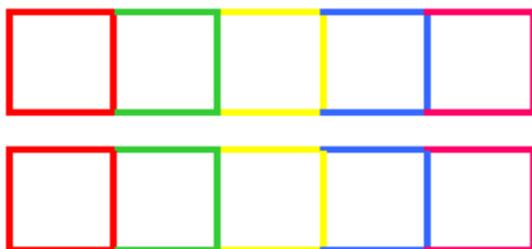
Les élèves sont en rang 2 par 2 devant chaque ligne

Former les duos : un voyant et un non voyant (élève avec bandeau sur les yeux). Se tenir par les mains face à face.

Les élèves se défient par duo.

Se donner la main en se regardant face à face. Chaque duo saute ensemble d'une case à l'autre pour être le premier à avoir sauté toutes les couleurs.

L'élève voyant guide l'élève non voyant pour sauter de case en case.



### Cycles 2 et 3

Prévoir 2 croix.

Former les duos : un valide et un aveugle (élève avec bandeau sur les yeux). Se tenir par les mains face à face.

Les élèves se défient par duo.

Chaque duo se place sur la case centrale 0. Il se déplace d'une case à l'autre pieds joints en respectant l'enchaînement 0-1-0-2-0-3-0-4-0. On repasse chaque fois par la case centrale.

L'élève valide guide l'élève aveugle pour sauter sur les bonnes cases.

Être le premier duo à avoir terminé l'enchaînement 2 fois.

Les autres élèves vérifient l'enchaînement.

