

Jeux de mouvement

Table des matières

Thème : gestion de la forêt	1
Travaux de l'équipe forestière.....	1
Nettoyer les éléphants.....	1
Chevreuils et sapins.....	2
Thème : traces et indices/ animaux en hiver	2
Ecureuils en hiver.....	2
Lynx et biches.....	3
Thème : impact dans la neige	3
Attention, joggeurs et chiens !.....	3
Thème : juste bouger	3
Loup - Autruche.....	3
La bataille des coqs.....	4
Chevreuil – Lynx – If (inspiré de feuille-caillou-ciseaux).....	4
Le jeu du béret version nature.....	4
Chasser la queue du dragon.....	4

Thème : gestion de la forêt

Travaux de l'équipe forestière

Le travail lié à la gestion de la forêt est pénible. Ce jeu le fait ressentir en vrai et permet à tous de se réchauffer rapidement.

Les participants se dispersent sur le terrain. Les travaux suivants sont mimés de manière très énergique. L'animateur, tout en faisant le geste, explique ce qu'il fait. Plus ça bouge, plus ça réchauffe :

- Sélection des arbres (courir autour du tronc et l'observer de tous les côtés et de haut en bas)
- Soulever et transporter divers matériel et outils forestiers jusqu'au lieu de travail
- Mettre en marche la tronçonneuse, qui ne veut pas se mettre en marche (changer de côté de temps en temps)
- Abattre un arbre (s'enfuir en courant avant qu'il ne tombe)
- Couper du bois à la hache et l'empiler sur un tas
- Creuser un trou et planter un arbre déjà bien grand
- Ebrancher un arbre avec la scie
- Râtelier un chemin forestier

Nettoyer les éléphants

Dans de nombreux pays d'Asie (p.ex. Thaïlande, Laos, Inde), les éléphants sont les fidèles compagnons des forestiers. Ils réalisent de pénibles travaux d'abattage et de débardage des arbres tropicaux. Il faut donc en prendre soin et les dorloter. Le nettoyage des éléphants est une tâche importante du quotidien du forestier laotien.

Voici comment ça marche : chaque personne possède un éléphant imaginaire qui se tient devant elle. Pour nettoyer toutes les parties de l'animal, il est nécessaire d'effectuer certains gestes précis. Et bien sûr, il faut, pour chaque geste, contourner l'éléphant imaginaire et se tenir dans la bonne posture et direction. L'animateur guide la procédure de nettoyage et montre les gestes justes, qui sont directement imités par les participants. Plus c'est énergique, mieux c'est ! Les éléphants adorent ça !

Dos des deux côtés	Monter sur les orteils et étirer les bras le plus haut possible. Gestes de va et vient tout le long des deux flancs, de la tête à la queue.
Ventre des deux côtés	Etirer les bras devant soi, vers le bas et faire des gestes de va et vient, d'avant en arrière du ventre.
Les quatre pattes	Former un cercle avec les bras et s'accroupir plusieurs fois pour bien nettoyer les pattes jusqu'au pied.
Les deux oreilles	Monter sur les orteils et étirer les bras le plus haut possible. Faire des gestes circulaires.
Les défenses	Faire de grands mouvements avec les bras.
Trompe	Former un cercle avec les mains et faire des mouvements amples de nettoyage de haut en bas de la trompe.
Queue	Semblable à la trompe mais plus petits mouvements.

Chevreuil et sapins

On parle de la nourriture des chevreuils. Un enfant sur cinq joue un sapin. On lui met une vingtaine de pinces à linge (les bourgeons) sur les vêtements.

Les sapins se placent à différents endroits bien écartés, sur un champ ou une forêt sans sous-bois. On peut le délimiter en accrochant des rubans autour des arbres.

Deux enfants jouent les lynx. Les autres sont transformés en chevreuils. Les chevreuils vont manger les bourgeons des sapins. Ils ne peuvent prendre qu'un bourgeon à la fois, après ils doivent changer de sapin.

Les lynx mangent les chevreuils. Les chevreuils touchés par un lynx sortent du terrain de jeu.

On peut varier le jeu : Moins de sapins, plus de lynx, moins de chevreuils, etc. Après on échange : Qu'est-ce qui se passe quand il y a trop de chevreuils, et pas assez de lynx ? Trop de lynx ? Pas assez de sapins ? Vous rajoutez des informations sur le développement de la population des chevreuils, en quoi ils nuisent au rajeunissement de la forêt, comment on peut équilibrer la population.

Thème : traces et indices/ animaux en hiver

Écureuils en hiver

Cette activité essaye d'illustrer des stratégies de survie en hiver à l'exemple de l'écureuil. En plus, elle nous montre l'interrelation des plantes et des animaux pour la distribution des fruits et semences.

D'abord, on discute sur ce que mangent les écureuils en automne, et comment ils peuvent faire pour avoir assez à manger en hiver.

Chaque participant est transformé en écureuil. Chaque écureuil reçoit 15 (ou 10, d'après l'âge des participants) noix, noisettes, faînes ou glands.

Maintenant, tout le monde va cacher sa réserve de nourriture pour l'hiver. Chaque écureuil choisit sa propre stratégie : Cacher les noix toutes au même endroit, avec l'avantage qu'il retrouve bien sa

cache ? Ou bien chercher plusieurs caches, pour diminuer le risque que toutes ses noix soient volées par d'autres animaux ? Les écureuils ont 2 minutes pour cacher leur réserve.

Quand toutes les noix sont cachées, laissez venir l'automne. Le vent souffle fort. Les écureuils se prélassent dans leur maison. Ils dorment. Mais après quelques jours, leur estomac commence à grogner. Les écureuils se lèvent et cherchent vite (pendant 2 minutes) 2 noix – de leur cache, ou de la cache d'un autre écureuil. L'estomac plein, ils se rendorment. Au mois de décembre, il fait vraiment froid. Les écureuils ont grande faim et ont besoin de 4 noix. En janvier, il neige. Les écureuils ont de nouveau faim et cherchent 3 noix. Etc.

A la fin de l'hiver, on échange : Comment ça se passe en réalité avec les écureuils en hiver ? Qu'advient-il d'eux s'ils ne trouvent pas assez de nourriture ? Qu'est-ce qui se passe avec les noix qu'ils ne retrouvent plus ?

Variante : Deux ou trois personnes sont transformées en souris voleuses. Elles ne cachent pas de noix, mais les volent aux écureuils pendant l'hiver. Elles observent les écureuils pendant qu'ils cachent les noix. En hiver, elles doivent trouver la même quantité de noix que les écureuils, pour survivre. Les animaux qui ne trouvent pas assez de nourriture sont hors du jeu : Ils meurent. Ceux qui en trouvent un peu, peuvent survivre encore une étape, affaiblis, ils se déplacent dorénavant sur une jambe.

Lynx et biches

Dans la neige ou sur le sol forestier préparer le terrain de jeu : tasser la neige ou déblayer les feuilles en réalisant des sentiers. Le terrain de jeu doit être composé d'un dense réseau de chemins, avec beaucoup d'embranchements.

Déroulement : Tous les animaux restent sur les sentiers. Les biches se répartissent sur les sentiers. 1 lynx est lâché dans le terrain (également sur les sentiers). Lorsqu'il attrape une biche, celle-ci se transforme en lynx. Jouer jusqu'à ce qu'il ne reste plus que des lynx.

Thème : impact dans la neige

Attention, joggeurs et chiens !

Une partie des participants jouent les chevreuils, le reste se transforme en joggeurs et chiens errants.

Les chevreuils se sont mis par terre (dans des vrais lits de chevreuil), ils ruminent et somnolent. La femelle qui mène la horde d'hiver est réveillée, elle observe et écoute. Les chevreuils l'imitent. Quand tous les chevreuils sont calmes, les joggeurs et les chiens traversent la forêt et ciblent directement les chevreuils. La femelle qui mène fuit dans la zone de sécurité (qui est défini en avant), les autres chevreuils la suivent. Après, on peut changer les rôles et discuter : Comment c'était pour ceux qui ont joué les chevreuils ?

Thème : juste bouger

Loup - Autruche

Basé sur les classiques jeux de loup où la personne ne peut être attrapée si elle effectue une certaine action, ici le participant se sauve en mettant la tête dans la neige. Attention : interdiction pour le chasseur de faire la carotte à côté de l'autruche !

Les personnes attrapées, deviennent loup aussi.

Variante : les personnes touchées se couchent dans la neige. Elles peuvent être sauvées par un coéquipier s'il arrive à faire un tas de 5 boules de neige en équilibre sur leur ventre.

La bataille des coqs

Dans la neige, deux par deux, sur un pied et les bras croisés, on essaye de faire tomber l'autre en le poussant avec les bras.

Chevreuil – Lynx – If (inspiré de feuille-caillou-ciseaux)

Délimiter un terrain de jeu avec 3 cordes, espacées d'environ 10 mètres. Former deux équipes qui se placent dans leur camp de part et d'autre de la corde du milieu.

Le jeu est inspiré de feuille-caillou-ciseaux, sauf qu'il se joue en groupe et non en individuel et que les gagnants courent après les perdants. But : faire le plus de prisonniers.

Comme dans feuille-caillou-ciseaux, les participants devront choisir en équipe et en cachette un élément. Parmi les éléments à choix : les chevreuils (= sauter en l'air avec les doigts en forme de bois), les ifs (= se balancer tel un arbre dans le vent, les bras forment les branches) ou les lynx (faire des gestes de félin qui sort les griffes).

- Chevreuil gagne sur if (les chevreuils mangent les ifs)
- If gagne sur lynx (les ifs empoisonnent les lynx)
- Lynx gagne sur chevreuil (le lynx mange le chevreuil)

En commun et en cachette, chaque équipe décide d'une stratégie. Tous les membres de l'équipe se mettent d'accord sur le même élément.

A trois, les équipes miment l'élément choisi. Les gagnants essaient d'attraper les perdants dans leur camp. Une fois passé la ligne du fond, les participants sont sauvés. On revient à la ligne du milieu et le jeu recommence. Les prisonniers deviennent soit des participants de l'autre équipe, soit regardent leurs coéquipiers jouer. Il est maintenant possible de changer d'élément ou de garder le même.

Variante pour corser la dynamique : les prisonniers peuvent espionner la stratégie et essayer d'aider leur équipe.

Le jeu du béret version nature

Ce jeu se prête particulièrement bien en fin de séquence pour vérifier de manière ludique les connaissances des participants.

Un drap est posé au sol et dessus l'animateur place des objets naturels en lien avec le thème. Le nombre d'objets dépend de l'âge des participants.

Les participants se placent en rang de part et d'autre du drap à une distance d'environ 7 mètres.

Ils se numérotent.

L'animateur crie « les numéros trois – le cône rongé par l'écureuil ». Le plus vite possible les n°3 de chaque équipe courent vers le drap. Le premier qui touche l'objet remporte un point pour son équipe. Le jeu continue jusqu'à ce qu'une équipe ait atteint 5 points.

Variante : si l'on se trompe, un point est retiré à l'équipe.

Il n'est pas conseillé de faire la version où la personne doit ramener l'objet dans son camp et l'autre a encore la possibilité de l'attraper. Le drap s'en trouve retourné, avec tout ce qu'il y a dessus ;-)

Chasser la queue du dragon

Deux (ou plus) équipes, se tiennent par les épaules et forment un dragon, le dernier porte la queue (p.ex. branche de sapin coincée dans le pantalon). L'équipe qui arrive en premier à attraper la queue de l'autre gagne.