

# Jeu de chat «hibernation»

Activité

**Ressource:**

Au-delà des murs : activités pour l'extérieur

**Année(s):** 1e 2e 3e 4e 5e 6e 7e 8e

**Cycle(s):** Primaire Moyen Intermédiaire

**Contexte :** Récréation

**Saison :** Hiver

## Aperçu de l'activité

Les participants apprennent un jeu pour la récréation pour faire de l'activité physique d'intensité moyenne à élevée en vue d'améliorer leur bien-être et leur santé physique et mentale dans un environnement hivernal.

Consultez la page de [Considérations en matière de sécurité](#) de la ressource Au-delà des murs : activités pour l'extérieur pour de plus amples renseignements sur les normes de sécurité, des considérations de sécurité en hiver et des consignes relatives aux aires et aux surfaces de jeu extérieures visant à assurer la sécurité des participants.

## Matériel

Aucun

## Consignes pour le jeu

- Les participants établissent les limites de l'aire de jeu et un espace dans l'aire de jeu, « La tanière de l'ours », où les joueurs qui se font toucher doivent aller hiberner pour l'hiver.
- Les participants doivent se tenir à une distance sécuritaire des autres personnes dans l'aire de jeu.
- Deux participants se portent volontaires pour être les chats.
- Les chats tentent de toucher les participants qui se déplacent dans l'aire de jeu. Les chats doivent toucher une personne dans le dos ou sur les bras, et non pas lui donner un coup de poing ou une tape, la pousser, ou l'agripper.
- Lorsqu'un participant se fait toucher, il doit se rendre dans la tanière de l'ours pour hiberner. Pour hiberner, les participants se roulent en boule pour dormir ou s'accroupissent, les mains autour des jambes.
- Les participants sont libérés par d'autres joueurs qui entrent dans la tanière de l'ours et les touchent doucement dans le dos.
- Les participants ne peuvent pas être touchés en sortant de la tanière pour se joindre de nouveau au jeu.

## Adaptations

Voici quelques conseils qui pourraient optimiser le degré de difficulté et le plaisir pour les participants.

- Les participants peuvent changer la superficie de l'aire de jeu pour accommoder un plus grand nombre de participants.
- Les participants peuvent ajouter des chats.
- Les participants peuvent choisir la façon de se déplacer (p. ex., rouler, glisser).

## Modifications

Voici quelques conseils qui pourraient optimiser l'inclusion et le plaisir de l'ensemble des participants.

- Pour les participants à mobilité réduite : fournissez-leur un instrument à utiliser pour toucher les autres participants.

- Pour les participants qui ont besoin d'une surface de jeu accessible : jouez à l'activité sur une surface lisse, libre d'obstacles, et pensez à des moyens de ralentir la cadence du jeu pour permettre à l'ensemble des participants de jouer et de réussir.