Tague des ombres

Ressource:
Au-delà des murs : activités pour l'extérieur

Année(s): 1e 2e 3e 4e 5e 6e 7e 8e

Contexte : Récréation

Saison : Printemps

Aperçu de l'activité

Les participants prennent part à un jeu de chat d'intensité moyenne à élevée pendant la récréation lors d'une journée ensoleillée afin d'améliorer leur condition physique et leur état général de santé et de bien-être dans un environnement printanier.

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 au printemps et des consignes relatives aux aires et aux surfaces de jeu extérieures visant à assurer la sécurité des participants.

Consignes pour le jeu

- Au signal prédéterminé, les participants se déplacent dans l'aire de jeu et tentent de mettre les pieds sur l'ombre d'un autre participant. Expliquez-leur qu'ils seront près les uns des autres et qu'ils regarderont par terre (ombres). Rappelez-leur de garder la tête levée pour voir tout autour et éviter d'entrer en collision avec d'autres participants.
- Lorsqu'un participant met le pied sur l'ombre d'un autre participant, ce dernier se fait attribuer une lettre; la première fois, la lettre « O », la deuxième fois, la lettre « M », et ainsi de suite.

- Les participants accumulent des lettres chaque fois qu'un participant met le pied sur leur ombre jusqu'à ce qu'ils aient épelé le mot « OMBRE ».

Adaptations

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

- Tous les participants sont des chats et doivent mettre le pied sur l'ombre d'un autre participant pour l'immobiliser. Les participants immobilisés doivent faire une activité physique jusqu'à ce qu'un autre participant vienne les sauver en courant à travers leur ombre.
- Demandez à un participant d'être le premier « chat ». Celui-ci tente de mettre le pied sur l'ombre d'un autre participant. Lorsqu'il y parvient, cet autre participant devient le nouveau « chat ».

Modifications

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

- Invitez les participants à penser à des façons de se déplacer plus lentement dans l'aire de jeu pour favoriser l'inclusion et la réussite de l'ensemble des participants.
- Faites appel à des approches inclusives afin d'accroître ou de réduire le degré de difficulté et de trouver un rôle pour chaque participant en vue de favoriser une pleine participation.