



Défis Olympiques des Maternelles

#4 • CYCLE 1

Défi-Culture

DES CHAMPIONNES ET DES CHAMPIONS DÉFENDENT LES COULEURS DE LA FRANCE AUX JEUX OLYMPIQUES ET PARALYMPIQUES

- Combien de champions et des championnes olympiques connais-tu ? Peux-tu les nommer ? Quels sont leurs sports ?
- Combien de champions et des championnes paralympiques connais-tu ? Peux-tu les nommer ? Quels sont leurs sports ?

Info-Culture

Champions et championnes olympiques et paralympiques

Le biathlète Martin Fourcade avec cinq médailles d'or aux Jeux d'hiver détient le record de titres aux Jeux olympiques.

Les sportifs français à avoir gagné trois médailles d'or sur trois Jeux et dans la même discipline sont Tony Estanguet en canoë slalom, Teddy Riner en judo, et les handballeurs Nikola Karabatic, Michael Guigou et Luc Abalo.

L'épéiste Laura Flessel est l'athlète féminine française la plus décorée avec cinq médailles (deux d'or, une d'argent et deux de bronze), Marie-José Pérec en athlétisme et Félicita Ballanger en cyclisme ont gagné chacune trois médailles d'or olympiques.

La nageuse Beatrice Hess a établi neuf records du monde pendant les Jeux paralympiques de Sydney. Elle a remporté un total de vingt-cinq médailles paralympiques : vingt en or et cinq en argent lors de plusieurs Jeux.

L'escrimeur et pongiste André Hennaert a gagné dix-neuf médailles paralympiques dont douze en or (escrime), une en argent (escrime) et six en bronze (dont deux en tennis en table).

Défi-Activité physique

LA CROIX DES COULEURS !

Nombre de participants : par deux

Matériel : craies de couleur blanche, rouge, bleue, verte et jaune.

Organisation : tracer dans la cour à la craie de couleur des carrés de 30 cm de côté : un carré avec une craie blanche, puis quatre carrés de couleurs différentes tout autour (cela forme une croix) : le carré au centre = blanc, au-dessus = rouge, en dessous = bleu, à gauche = vert, à droite = jaune.

Règles : par deux, un des élèves se place au centre de la croix, l'autre est à côté de la croix (il est le maître du jeu). Quand le maître du jeu annonce une couleur, l'autre élève saute à pieds joints dans la case correspondante. Puis il revient au centre en sautant.

On marque 1 point à chaque fois que le saut est réussi.

Quand l'élève a réussi cinq sauts, changer les rôles.

Variables

Proposer des séries 2, 3, 4 couleurs plus ou moins rapidement.

Remplacer les couleurs par des formes, des images, des chiffres, des lettres.

Une série peut être réalisée en suivant une bande d'algorithmes plus ou moins complexes qui indiqueraient les instructions de déplacements.

Défi

À deux, réalisez des records en vous relayant. Après un enchaînement de cinq rebonds, le co-équipier prend le relais. Combien de relais allez-vous réussir à enchaîner en 10 minutes?



DES ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES POUR ÊTRE EN FORME !

L'Athlétisme et la Natation

Cours, saute, lance, nage !

Tu seras plus fort !

Les activités athlétiques

Courir, sauter, lancer sont des activités fortement recommandées pour les enfants car elles sollicitent tous les groupes musculaires. Une activité physique athlétique régulière améliore la condition physique des enfants comme l'endurance, la vitesse et l'agilité.

Les activités aquatiques

La natation permet à l'enfant de développer ses capacités motrices en découvrant de nouvelles sensations, grâce à la flottaison et à l'immersion notamment.

La natation améliore la coordination des mouvements, favorise la souplesse, et est bénéfique pour développer ses capacités cardio-respiratoires (cœur et poumons).

Apprendre à nager c'est vital, cela apprend à se sauver, à éviter de se noyer.

Et toi, cours-tu, nages-tu souvent ?

Qu'est-ce que cela t'apporte comme bienfaits ?

Pour aller plus loin

ENRICHIR LE TRAVAIL DE CLASSE

■ Fiche JOP 2024 – éducol – Dossiers pédagogiques

Éclairage historique, enjeux pédagogiques et éducatifs, pistes pédagogiques, bibliographie et ressources en ligne sont ici proposés pour accompagner les professeurs.

■ « [Des championnes et des champions défendent les couleurs de la France aux Jeux olympiques et paralympiques](#) »

■ Ressources 30 APQ – les fiches AEFE

L'AEFE se mobilise pour la santé et le bien-être des élèves.

Un groupe de travail formé de pédagogues du réseau scolaire mondial a mis au point des dizaines de fiches d'activités. [Ces fiches sont mises à la disposition](#) des enseignants, des parents et des animateurs.