

Les Olympiades

+6 ans

Matériel



Pour fabriquer vos anneaux olympiques ([voir la fiche créative](#))

Une casserole pour dessiner les contours des anneaux

Un grand bout de carton

Une paire de ciseaux

Un crayon

De la peinture bleue, noire, jaune, verte et rouge



Pour fabriquer la flamme olympique ([voir la fiche créative](#))

Un carton

Une paire de ciseaux

De la peinture jaune, rouge et noire



Pour fabriquer les médailles ([voir la fiche créative](#))

Du carton

Une paire de ciseaux

De la peinture métallisée : or, argent et bronze



Pour fabriquer le podium

Du carton renforcé et de la peinture pour les numéros

Trois bacs et du ruban adhésif pour inscrire les numéros

Pour les Olympiades

Des balles lestées (autant que le nombre de participants)

Une bobine de gros fil

Quelques bâtons de gymnastique

Un podium (réalisé avec 3 petits bancs, ou 3 cartons renforcés)

Des échasses

Une corde

Une dizaine de bouteilles vides

Des vieux vêtements (pantalons de grand-père, jupes, tee-shirts)

Des ballons de baudruche

Des balles de Tennis de table

Des enveloppes

Des sacs poubelles

Des bassines

Une feuille de papier et un crayon pour compter les points
Déroulement du jeu
Placez en décor les anneaux olympiques et la flamme.

Créez des équipes de deux personnes minimum et nommez un juge. Chaque équipe peut choisir un pays (réel ou imaginaire) et trouver son cri de guerre en guise d'hymne.

Organisez le défilé des équipes portant la flamme jusqu'à son support. Prévoyez un mini discours galvanisant pour "inaugurer" ces Olympiades. N'ayez pas peur d'en faire un peu trop, ils vont adorer !

Pour la majorité des activités la règle d'attribution des points est la même : 3 points pour la meilleure équipe de l'activité, 2 points pour l'équipe suivante, 1 point pour la troisième, pas de point pour les autres équipes.

LE LANCER DE POIDS : Tracez tout d'abord une ligne à ne pas dépasser. Chaque enfant se place à tour de rôle derrière cette ligne et lance une balle lestée ou un sac plastique renfermant une poignée de sable ou de grains de riz. Il a droit à trois essais pour la lancer le plus loin possible.
Seul le meilleur lancer par équipe est conservé.

Matériel : sacs ou balles lestées

LE LANCER D'ANNEAUX : Placez une bouteille remplie d'eau sur le sol. Chaque enfant doit lancer 3 anneaux.

Matériel : bouteilles d'eau et anneaux ou jeu de lancer d'anneaux

Attribution des points : 1 point par anneaux lancé sur la cible

LE SAUT EN LONGUEUR : Délimitez une ligne de saut. Chaque enfant saute le plus loin possible et mesurez les distances. On garde la meilleure distance par équipe.

Matériel : mètre

LA COURSE DE RELAIS REVISITÉE : C'est le même principe que la course de relais mais ici l'objectif n'est pas de se passer un bâton. Il faut enfiler un déguisement à chaque relais ! Crise de fou rire assurée :) Vous pouvez, sur le même principe, proposer cette activité avec une course en sac (un sac par équipe, à passer au relais).

Matériel : Des vieux vêtements (pantalons de grand-père, jupes, tee-shirts), déguisements...jeu de course en sac

LA COURSE DE RELAIS AQUATIQUE : Chaque joueur part avec une grosse cuillère remplie d'eau dans la main. Il doit courir et remplir un verre à l'arrivée. Le joueur qui a le plus rempli son verre remporte l'épreuve.

Matériel : grandes cuillères, bassine d'eau, verres...

COURSE D'OBSTACLES : Il s'agit d'une course de rapidité semée d'embûches : obstacles, passages à cloche-pied, en rampant, en reculant... Le parcours ne doit pas être trop compliqué.

Matériel : divers objets pouvant constituer des obstacles (valises, chaises, gros fil ou cordes, bouteilles d'eau, cerceaux...)

LE SLALOM EN ÉCHASSES : Placez des bouteilles remplies de sable (ou d'eau) en ligne droite en prenant soin de bien les espacer. Chaque joueur place ensuite ses pieds sur les échasses et doit slalomer entre chaque bouteille le plus rapidement possible sans tomber !

Matériel : bouteilles d'eau, échasses.

LA DANSE RYTHMIQUE : Donnez à chaque participant un bâton de gymnastique. À lui d'improviser une chorégraphie pendant un temps déterminé avec le plus possible de jeté et de réception de bâton . Chaque fois que le bâton est rattrapé, le joueur marque des points.

Matériel : bâtons de gymnastique ou section de bambou décorée avec du masking tape, des pompons...

LE TIR À LA CORDE : Chaque équipe se place à chaque bout d'une corde de part et d'autre d'une ligne dessinée au sol. Une fois le jeu commencé, chaque équipe doit faire dépasser la ligne ou chuter l'équipe adverse.

Matériel : cordes ou draps roulé

LE TIR AU BUT : Positionnez un mini but ou délimitez une zone de but et une zone de tir. Chaque participant tire 3 fois. L'ensemble des points est comptabilisé sur l'équipe.

Matériel : [ballons, mini-but](#)

Attribution des points : 1 point par but marqué

LE BALLON D'EAU : Remplissez un ballon de baudruche d'eau. Placez les équipes en file indienne. Le 1er joueur de la file doit passer le ballon au-dessus de sa tête à son équipier et ainsi de suite jusqu'au dernier joueur de la file. Lorsque le dernier joueur a le ballon il vient se placer devant et on recommence jusqu'à ce que le 1er joueur retrouve sa place au devant de la file. La première équipe à avoir effectué cette rotation, sans éclater le ballon a gagné.

POMME À CROQUER : Dans une bassine adéquate remplie d'eau, faites flotter quelques pommes. Les mains nouées dans le dos, chaque enfant doit attraper une pomme avec leur bouche.

Matériel : bassines d'eau, pommes

Attribution des points : la première équipe à mordre dans la pomme a gagné 3 points et tous ont le droit à une belle pomme pour commencer le goûter.

LE PROVERBE À DÉCOUVRIR : Formez les équipes. Disposez autant de sacs que d'équipes. Mettre dans chaque sac 10 papiers pliés dont 5 blancs et 5 avec un mot constituant le proverbe à l'intérieur. Chaque équipe est placée en face du sac attribué. Les joueurs de chaque équipe ont les pieds liés. Au top départ, chaque joueur doit atteindre le sac, prendre une feuille et la ramener à son équipe. Dès que le 1er joueur revient, le 2ème joueur s'élance à son tour et ainsi de suite. Les joueurs restant sur la base essayent de reconstituer le proverbe avec les mots rapportés. A tout moment, une équipe peut soumettre sa proposition de proverbe à l'organisateur. Les équipes n'ont le droit qu'à une seule proposition. Si celle-ci est fautive, l'équipe est éliminée.

Matériel : feuilles de papier, stylos, sacs et cordelettes

 Pour clore la journée, n'oubliez pas de faire une cérémonie digne de ce nom avec musique, remise de médailles, discours et petits fours ;-)

Télécharger la fiche en pdf ►

Une réalisation Wesco | www.wesco-family.fr