

Cartes Bouger

Mallette pédagogique « Jeux, Art et Sport »



Réunion
des musées
nationaux
Grand Palais



Soutenu
par


MINISTÈRE
DE LA CULTURE
*Liberté
Égalité
Fraternité*

BOUGER

Carte issue de la **MALLETTE #6 JEUX ART & SPORT**,
éditée par la RMN - Grand Palais et le Musée National du Sport.



SPORT:

NATATION

HÉLICO

Pour être rapide en natation,
il est nécessaire de bien s'échauffer
et en particulier les bras !

Alors relève le défi :

fais des cercles avec tes bras
dans les 2 sens le nombre de fois
indiqué selon le niveau choisi.



NIVEAU 1

5 fois en avant
5 fois en arrière



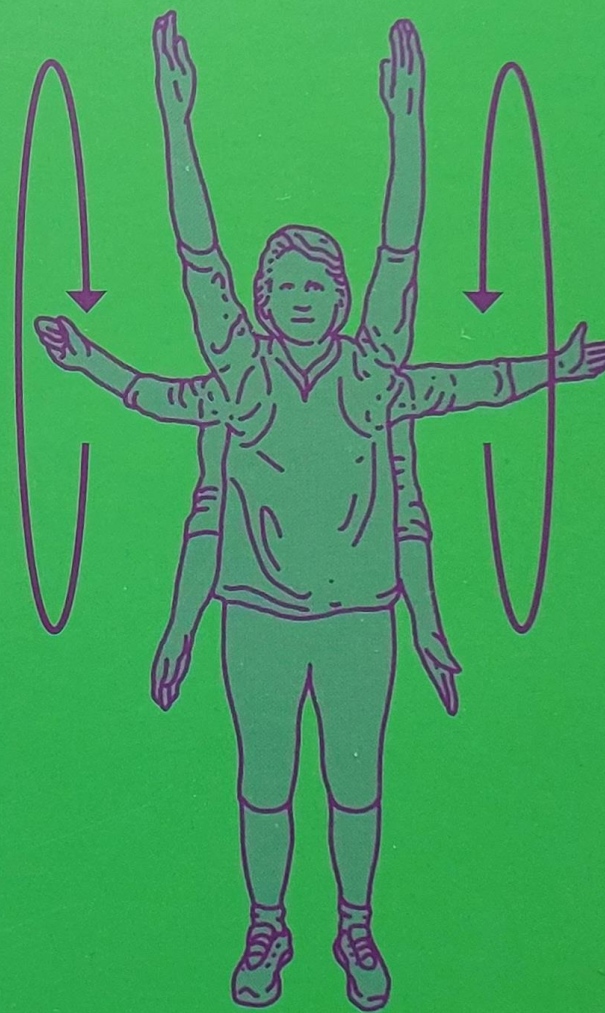
NIVEAU 2

10 fois en avant
10 fois en arrière



NIVEAU 3

15 fois en avant
15 fois en arrière



BOUGER

Carte issue de la **MALLETTE #6 JEUX ART & SPORT**,
éditée par la RMN - Grand Palais et le Musée National du Sport.



SPORT:

CYCLISME

PÉDALE À BRAS

En para-cyclisme, une des épreuves est de faire avancer son vélo en pédalant avec ses bras !

Alors relève le défi :
réalise le geste du pédalage avec tes bras le temps du niveau choisi.



NIVEAU 1

15 sec.



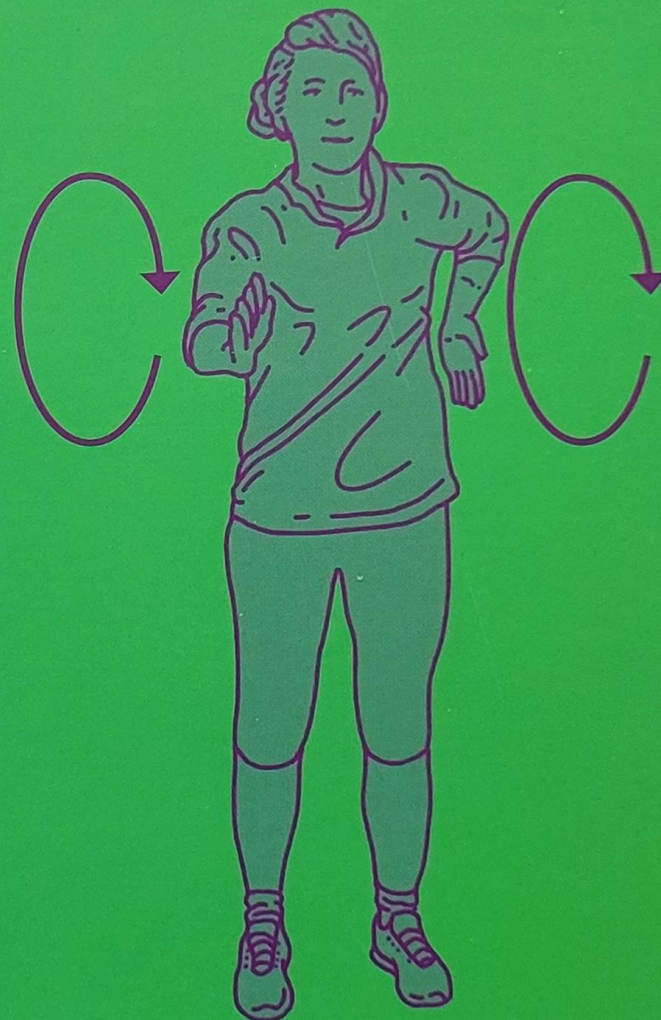
NIVEAU 2

30 sec.



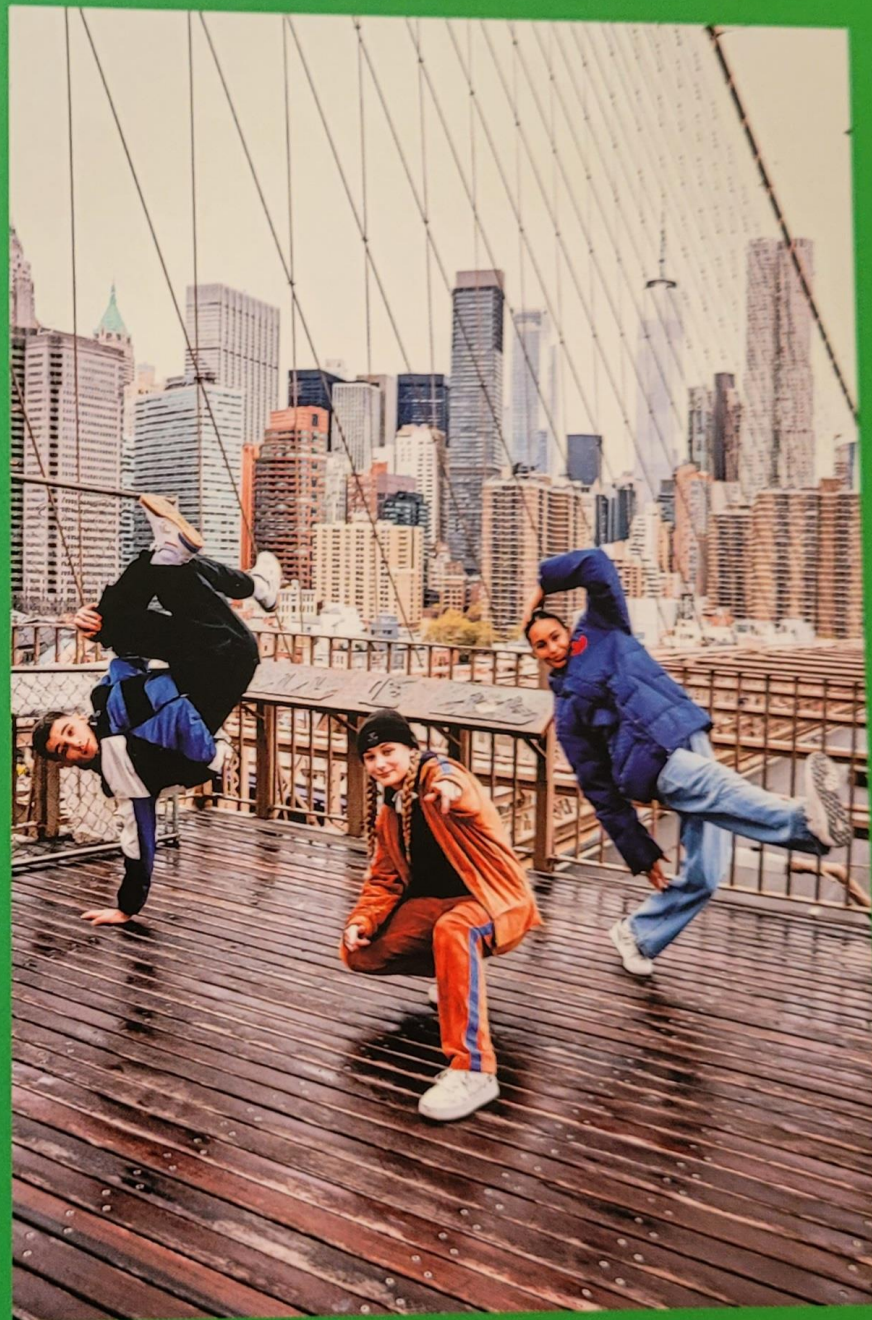
NIVEAU 3

45 sec.



BOUGER

Carte issue de la MALLETTE #6 JEUX ART & **SPORT**,
éditée par la RMN - Grand Palais et le Musée National du Sport.



SPORT:

BREAKDANCE

FREEZE

Le freeze est un mouvement issu du breakdance. C'est une technique statique qui consiste à tenir en équilibre, comme un arrêt sur image, dans une position souvent instable et difficile. Il est possible d'y mettre sa touche personnelle!

Alors relève le défi:
invente ton propre freeze.



NIVEAU 1

1 freeze



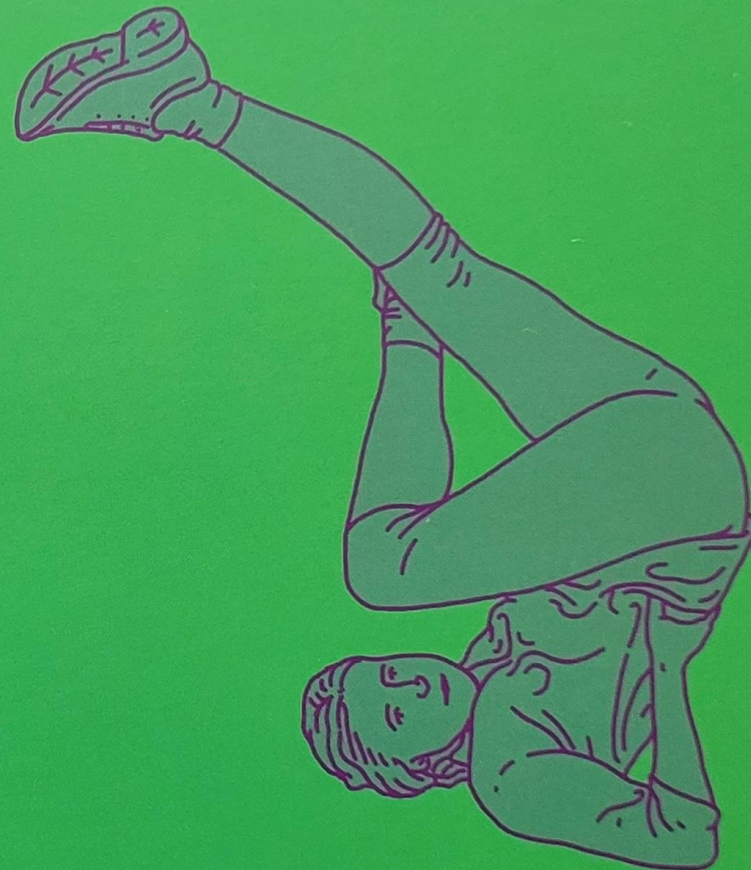
NIVEAU 2

2 freezes



NIVEAU 3

3 freezes



BOUGER

Carte issue de la MALLETTTE #6 JEUX ART & SPORT,
éditée par la RMN - Grand Palais et le Musée National du Sport.



SPORT:

ESCRIME

FENTE

Pour attaquer ou esquiver en escrime, il est nécessaire d'être un expert en fente!

Alors relève le défi :

réalise le nombre de fentes avant
(à droite et à gauche) selon le niveau choisi.



NIVEAU 1

3 à droite
3 à gauche



NIVEAU 2

5 à droite
5 à gauche



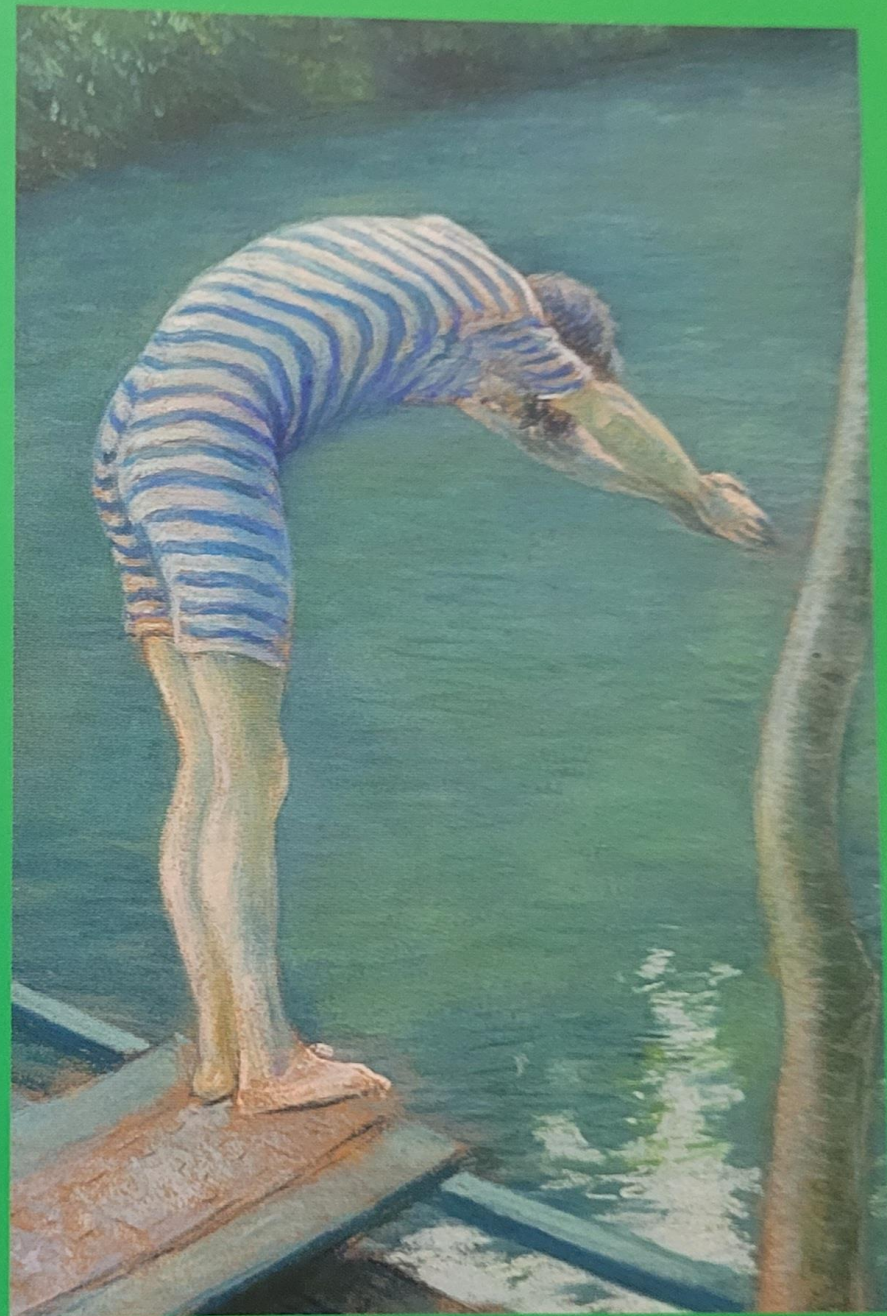
NIVEAU 3

10 à droite
10 à gauche



BOUGER

Carte issue de la **MALLETTE #6 JEUX ART & SPORT**,
éditée par la RMN - Grand Palais et le Musée National du Sport.



SPORT:

PLONGEON

SOUPLESSE BRAS/JAMBE

Le plongeon c'est un peu comme la gymnastique, il est indispensable d'être très souple!

Alors relève le défi:

tente de toucher tes pieds avec tes mains en gardant les jambes tendues.

N'oublie pas il faut être relâché, descendre et remonter doucement. Si c'est trop facile, serre tes pieds ou croise tes pieds.



NIVEAU 1

3 essais



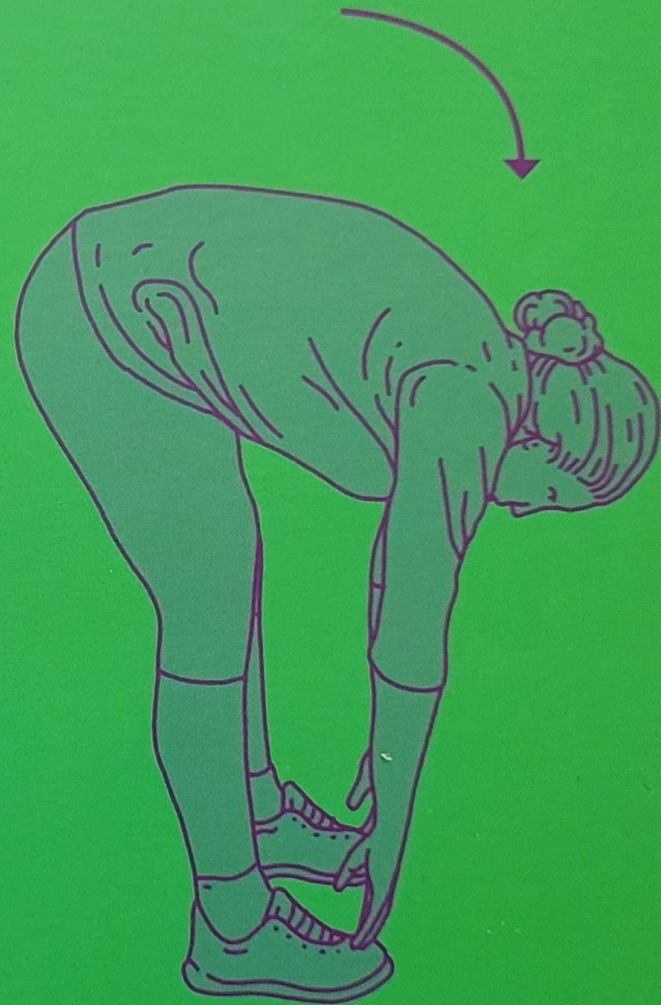
NIVEAU 2

5 essais
les pieds
serrés



NIVEAU 3

5 essais
les pieds
croisés



BOUGER

Carte issue de la MALLETTE #6 JEUX ART & **SPORT**,
éditée par la RMN - Grand Palais et le Musée National du Sport.



SPORT:

RUGBY

SQUAT

Pour jouer au rugby, on a besoin
de renforcer nos cuisses !

Alors relève le défi :
réalise le nombre de flexions
du niveau choisi.



NIVEAU 1

10



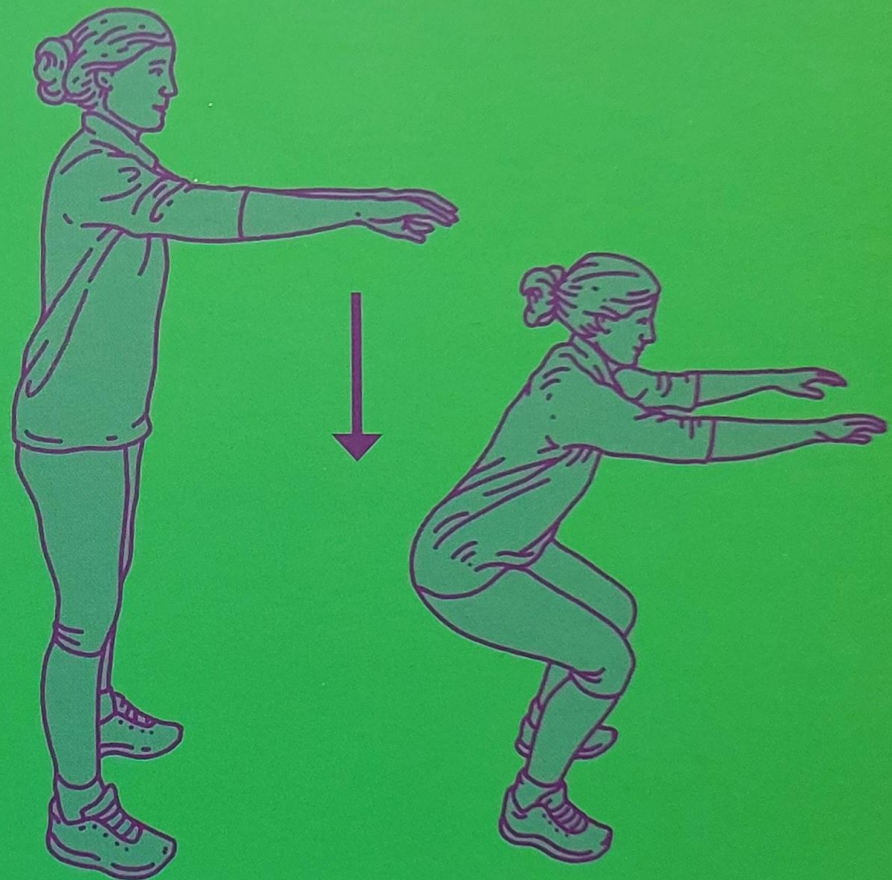
NIVEAU 2

15



NIVEAU 3

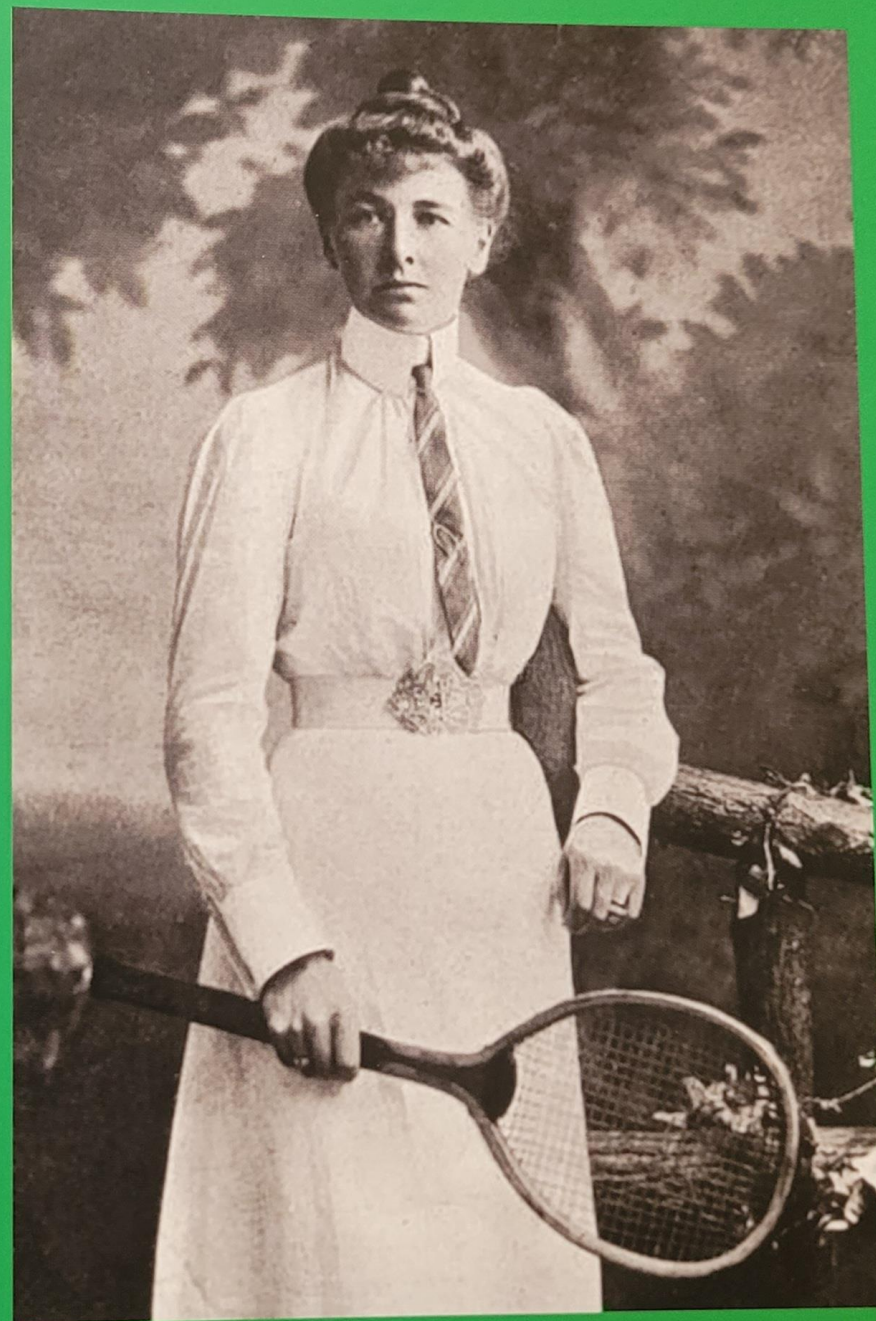
20



Les pieds doivent être légèrement écartés,
un peu plus que la ligne des hanches.

BOUGER

Carte issue de la MALLETTE #6 JEUX ART & **SPORT**,
éditée par la RMN - Grand Palais et le Musée National du Sport.



SPORT:

TENNIS

PAS CHASSÉS

Au tennis, il faut se déplacer rapidement dans toutes les directions !

Alors relève le défi :

déplace-toi en pas chassés dans les 4 directions (avant / arrière / droite / gauche) le temps du niveau choisi.



NIVEAU 1

30 sec.



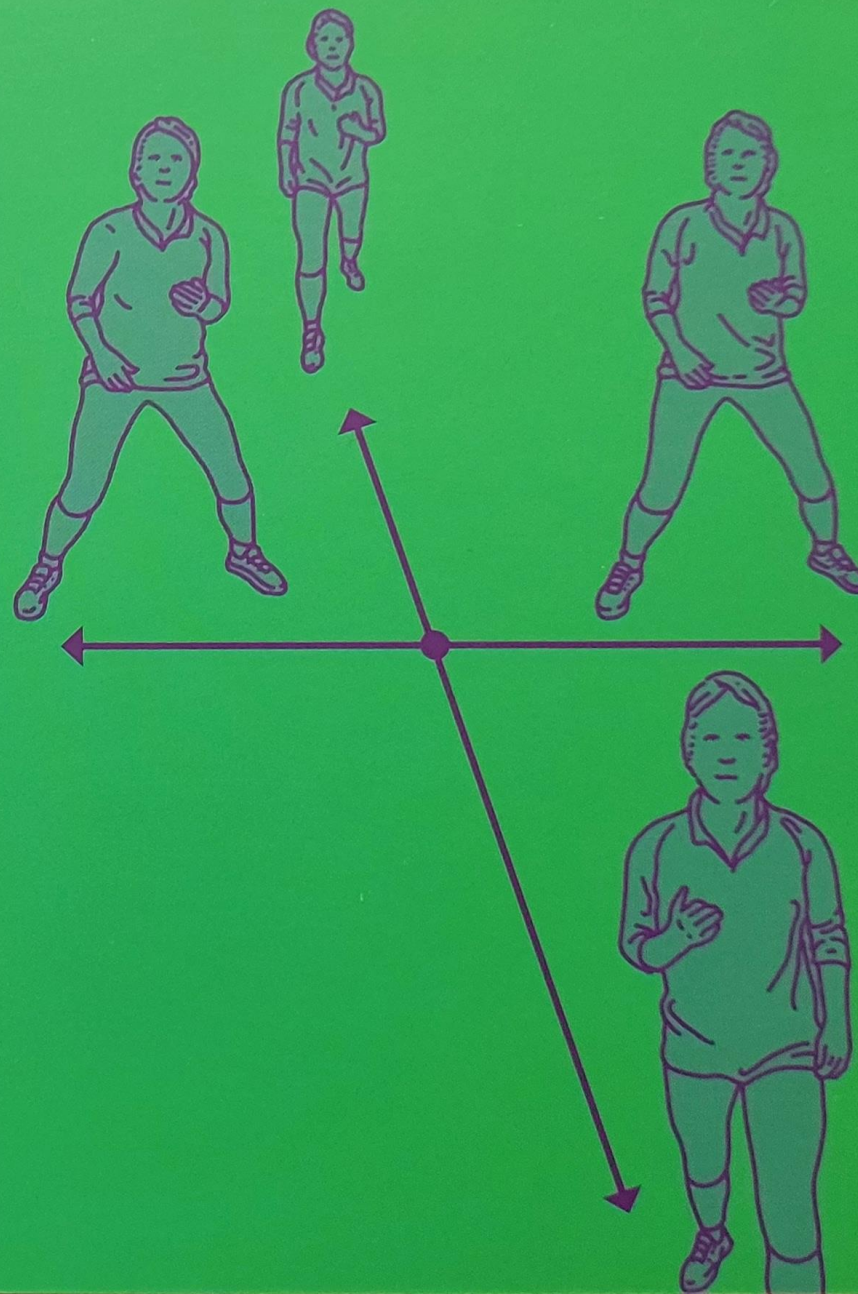
NIVEAU 2

45 sec.



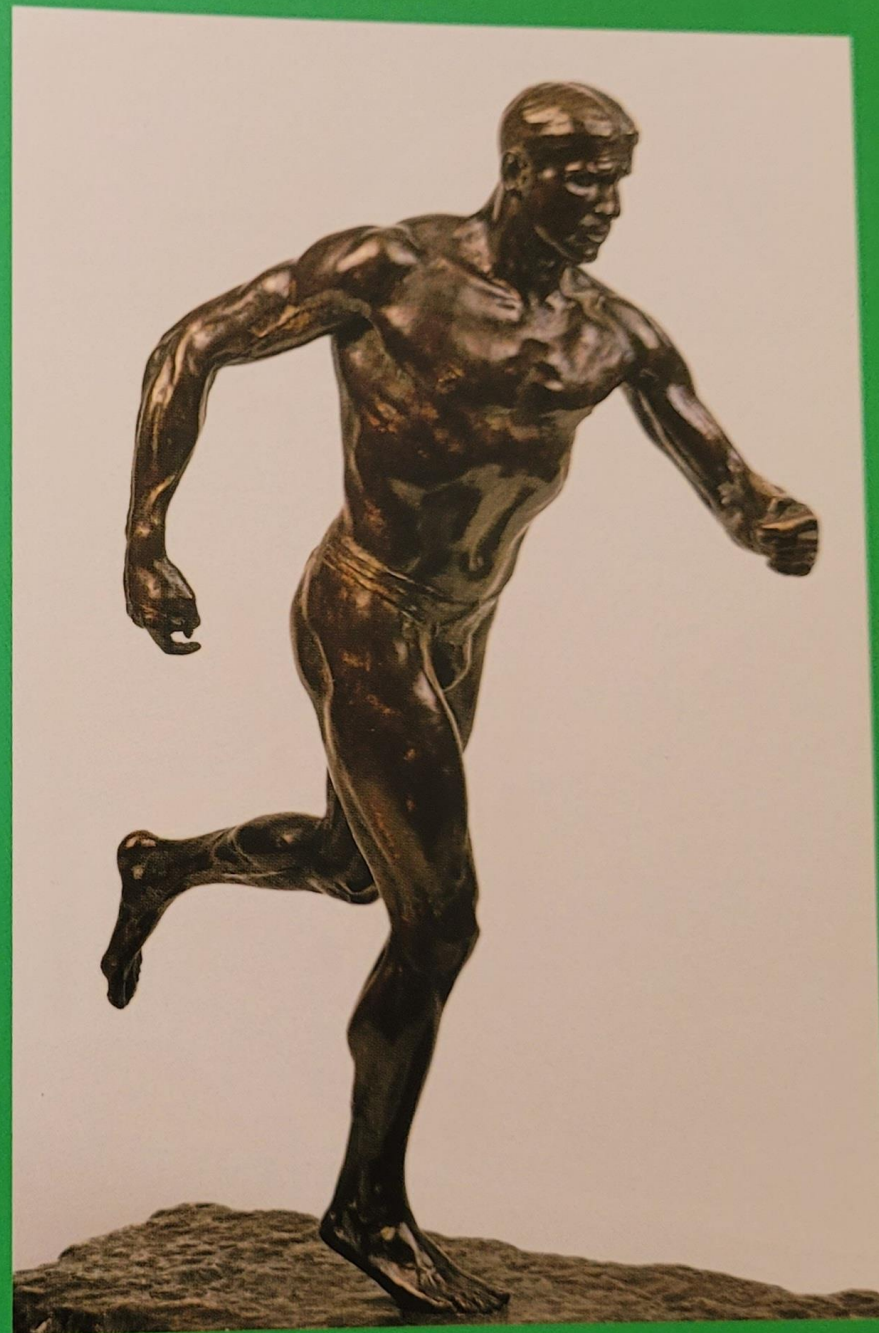
NIVEAU 3

1 min.



BOUGER

Carte issue de la MALLETTE #6 JEUX ART & **SPORT**,
éditée par la RMN - Grand Palais et le Musée National du Sport.



SPORT:

ATHLÉTISME

COURSE SUR PLACE

L'activité star de l'athlétisme
est la course à pied !

Alors relève le défi :
cours sur place le plus vite possible
le temps du niveau choisi.



NIVEAU 1

15 sec.



NIVEAU 2

30 sec.



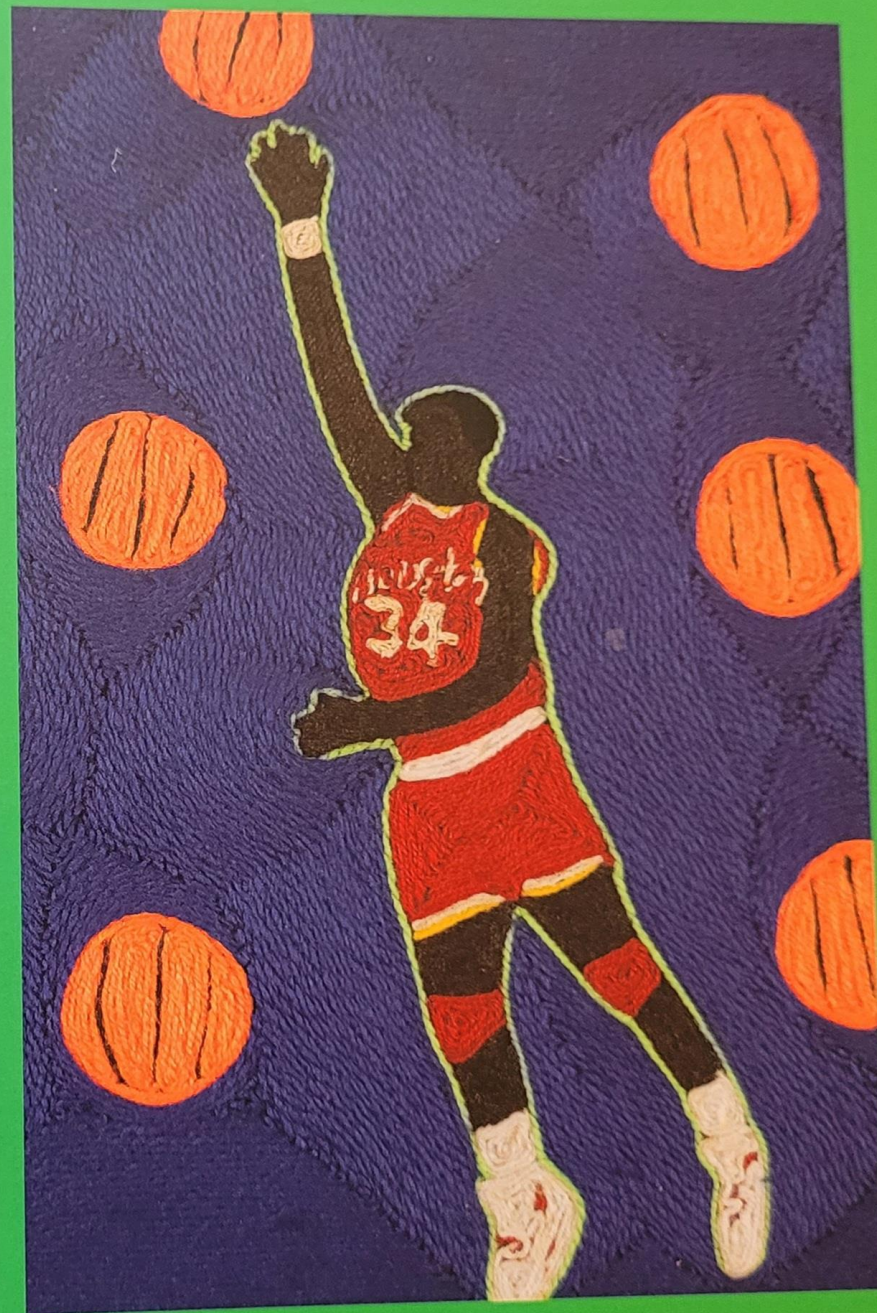
NIVEAU 3

45 sec.



BOUGER

Carte issue de la MALLETTE #6 JEUX ART & **SPORT**,
éditée par la RMN-Grand Palais et le Musée National du Sport.



SPORT:

BASKETBALL

TIPPING / SAUT

Au basket, il faut être rapide sur ses appuis!

Alors relève le défi:

piétine sur place le plus rapidement possible, le temps du niveau choisi et enchaîne un saut.



NIVEAU 1

5 sec.

1 saut



NIVEAU 2

10 sec.

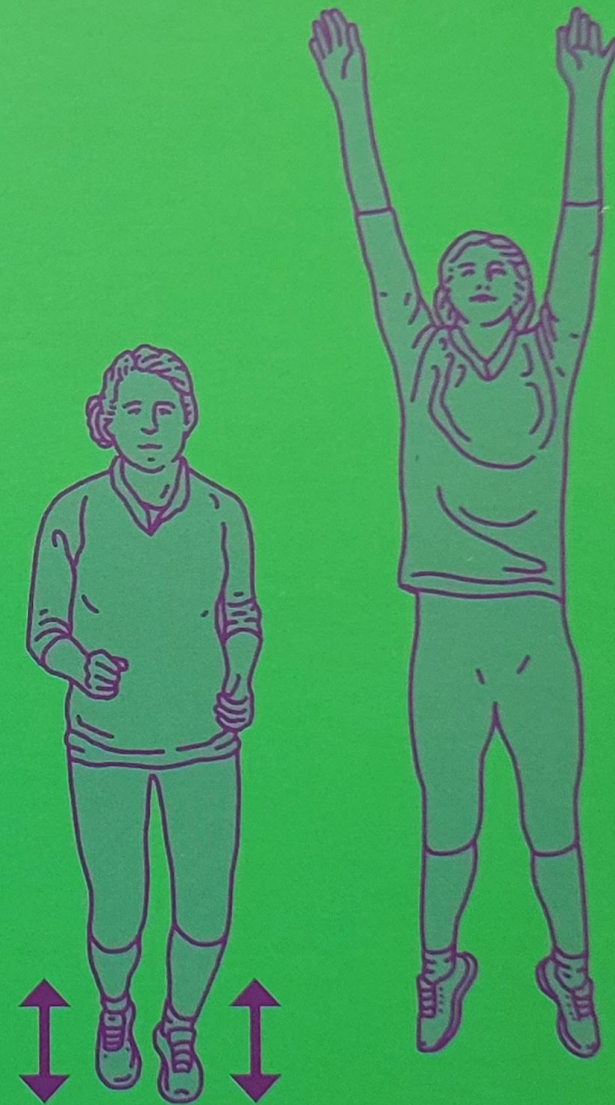
1 saut



NIVEAU 3

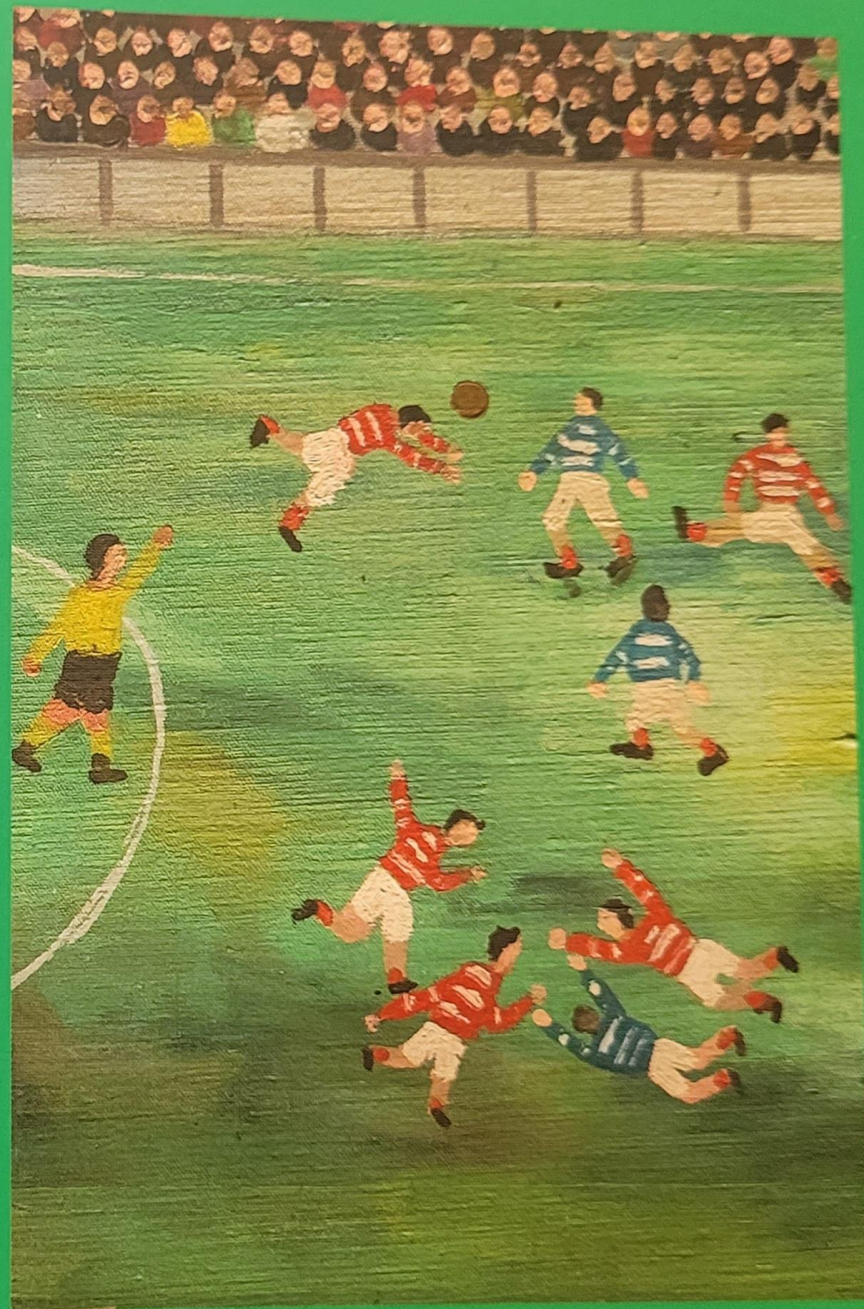
1 saut
15 sec.

1 saut



BOUGER

Carte issue de la MALLETTE #6 JEUX ART & **SPORT**,
éditée par la RMN - Grand Palais et le Musée National du Sport.



SPORT:

FOOTBALL

TALONS FESSES / GENOUX HAUTS

Au football, comme dans tous les sports, il faut faire quelques exercices d'échauffement.

Alors relève le défi:

cours sur place en tentant de toucher tes fesses avec tes talons le temps du niveau choisi.



NIVEAU 1

10 sec.



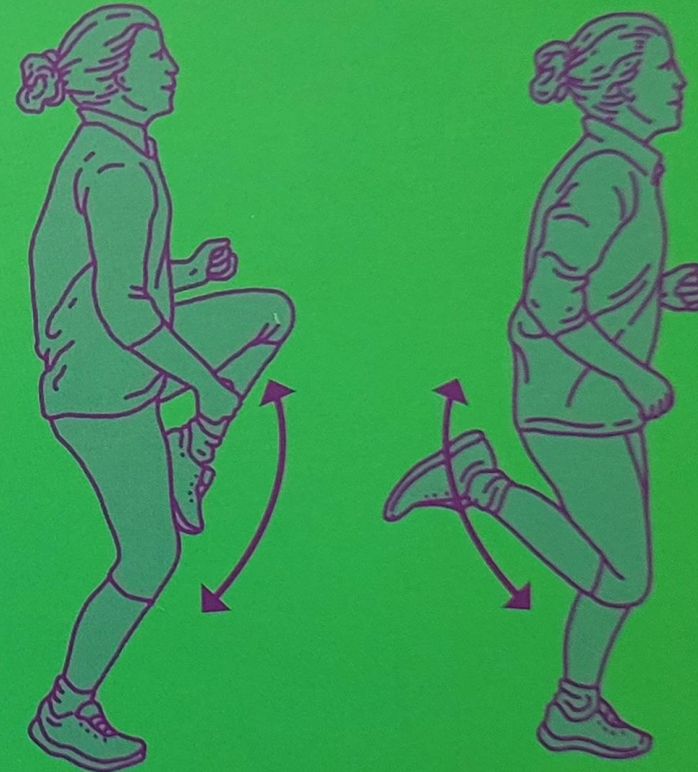
NIVEAU 2

20 sec.



NIVEAU 3

30 sec.



BOUGER

Carte issue de la MALLETTE #6 JEUX ART & **SPORT**,
éditée par la RMN - Grand Palais et le Musée National du Sport.



SPORT:

ÉQUITATION

JUMPING JACK

En équitation, il est nécessaire d'être endurant et coordonné!

Alors relève le défi:
réalise le nombre de jumping jack du niveau choisi.



NIVEAU 1

8



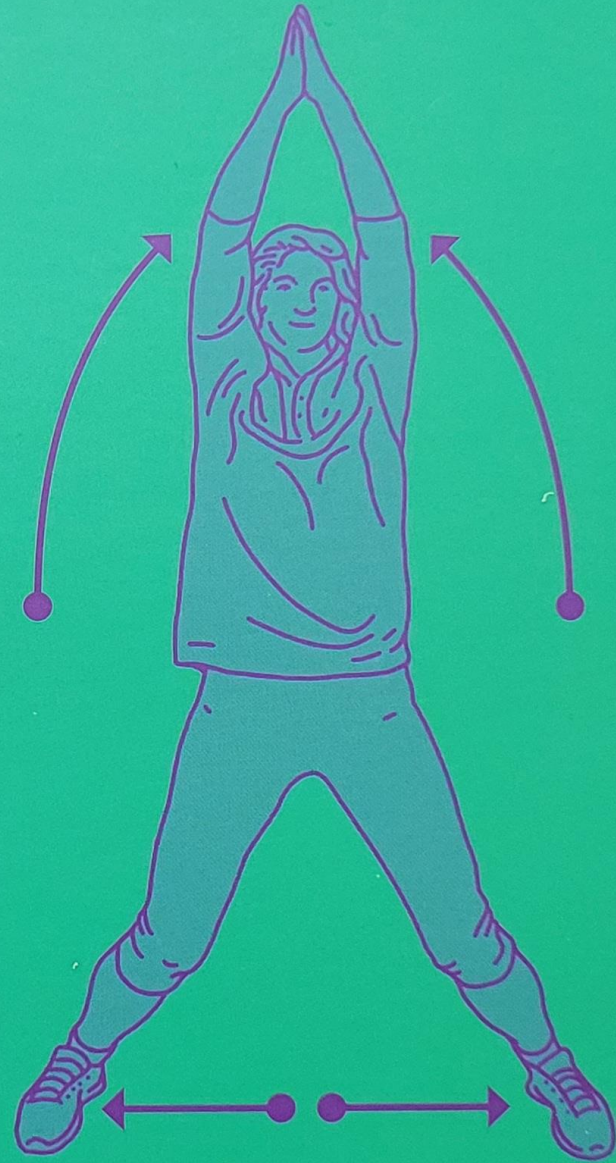
NIVEAU 2

15



NIVEAU 3

30



Mallette pédagogique « Jeux, Art et Sport »

La Réunion des Musées Nationaux et du Grand Palais et le Musée National du Sport ont créé une mallette ludique et pédagogique dénommée « Jeux, Art et Sport ».

Destinées aux élèves des écoles élémentaires, ces mallettes **permettent aux enfants de découvrir, en jouant et en bougeant, les valeurs de l'Olympisme** (histoire et société, sport et santé, représentation des sports dans l'art).

Ce kit est offert par la Métropole du Grand Paris aux 131 communes pour en faire profiter les élèves de leurs écoles élémentaires. 34 communes de Hauts-de-Seine l'ont commandé.



Vidéos de présentation des activités de la « Mallette Jeux Arts et sport » :

0) Présentation de la mallette :

<https://nuage05.apps.education.fr/index.php/s/s4RMrJJRMtykMi8>

1) Le triathlon des images :

<https://nuage05.apps.education.fr/index.php/s/oRdnmFr2j4Njb7B>

2) A vos marques :

<https://nuage05.apps.education.fr/index.php/s/y3nigG4qzfrQRtZ>

3) Sports en ligne :

<https://nuage05.apps.education.fr/index.php/s/FRkj7kCGXHidskX>

4) Cartes Bouger :

<https://nuage05.apps.education.fr/index.php/s/cTLJRTEfQYKwzK2>

5) La belle équipe :

<https://nuage05.apps.education.fr/index.php/s/ZEgiPfsdH4LkDCJ>

<https://nuage05.apps.education.fr/index.php/s/HPmQyJdj6XNnyK5>

<https://nuage05.apps.education.fr/index.php/s/QnbFpfRTjNbGPcA>



Réunion
des musées
nationaux
Grand Palais



Soutenu
par



JEUX, ART & SPORT !



À l'occasion de Paris 2024, la Réunion des musées nationaux -Grand Palais et le Musée National du Sport font équipe pour créer un kit pédagogique à l'iconographie particulièrement riche.

Une nouvelle mallette Histoires d'Art à l'École, pour bouger et découvrir le sport à travers l'art, les Jeux Olympiques et Paralympiques.



La mallette JEUX, ART ET SPORT s'adresse aux jeunes de 5 à 12 ans grâce à des activités dont on peut moduler la difficulté et les objectifs.

En 4 ateliers, les participants vont découvrir les grandes familles de sports à travers des situations ludiques d'apprentissages, qui leur permettent d'en appréhender les enjeux sociaux, historiques, physiques et artistiques.

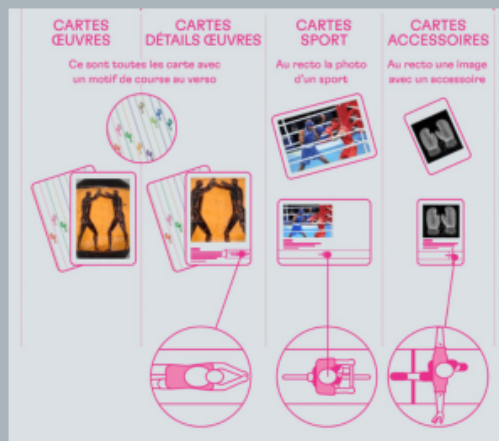
LA MALLETTE, C'EST :

- Plus de 150 cartes images d'oeuvres à découvrir par le jeu !
- Des jeux collaboratifs d'observation et de mise en situation.
- Des activités physiques sollicitant la motricité de tous les participants selon leurs capacités, en lien avec les programmes scolaires.



TRIATHLON DES IMAGES

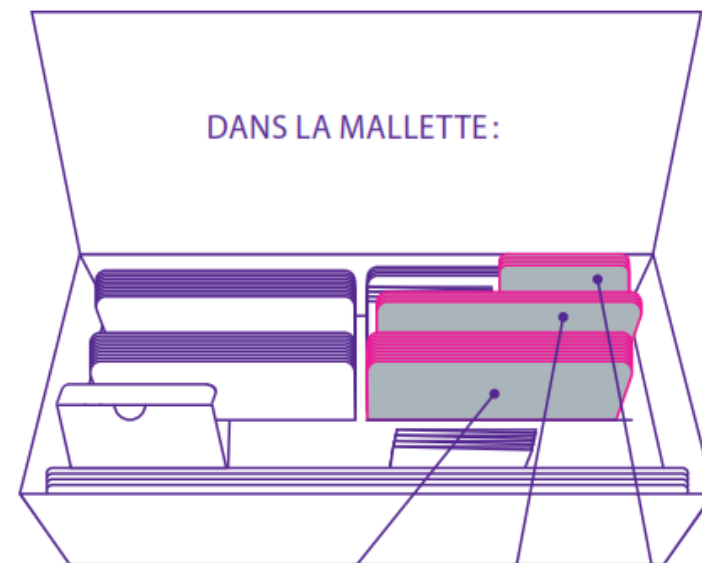
Il s'agit d'un jeu d'association qui permet à un petit groupe de partager ce que leur inspirent les œuvres. Ce jeu se joue en 3 manches que l'on peut enchaîner ou jouer en 3 temps. La 1^{re} manche permet d'associer une œuvre d'art à un détail de cette même œuvre. La 2^e manche associe 2 représentations d'une même pratique sportive. La 3^e manche permet de retrouver l'accessoire indispensable à chaque sport représenté.



2 NIVEAUX
DE JEUX NON
LECTEURS

2 À 8
JOUEURS

3



20 cartes œuvres
20 cartes détails œuvres

20 cartes
sport

20 cartes
accessoires

À VOS MARQUES

Il s'agit d'un jeu de rôle avec 4 activités.
À partir d'une sélection de 20 gestes sportifs représentés dans l'art, les joueurs vont se mettre en scène à travers un jeu de rôle, un mime, une chorégraphie et une battle de breaking ...



2 NIVEAUX
DE JEUX NON
LECTEURS

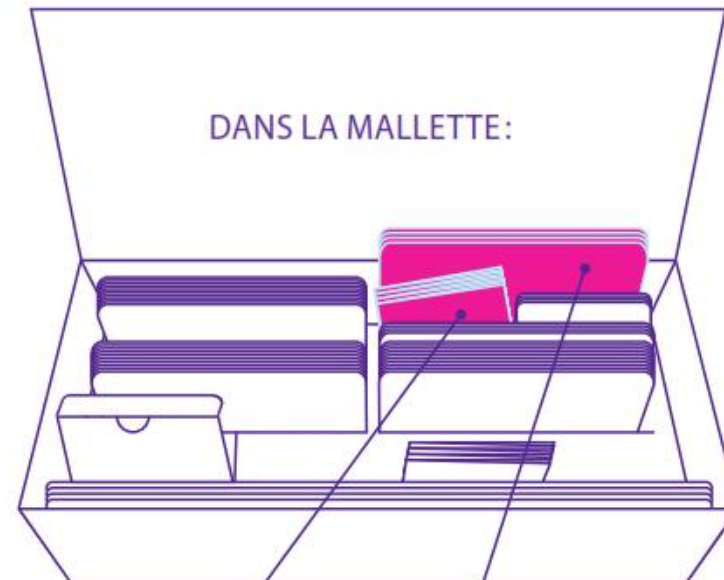


4 ÉQUIPES
DE 5
JOUEURS



4

DANS LA MALLETTE:



20 cartes-images



1 carte silhouette
1 carte commande

En 4 exemplaires
pour permettre à
4 équipes de jouer
en même temps



SPORTS EN LIGNES

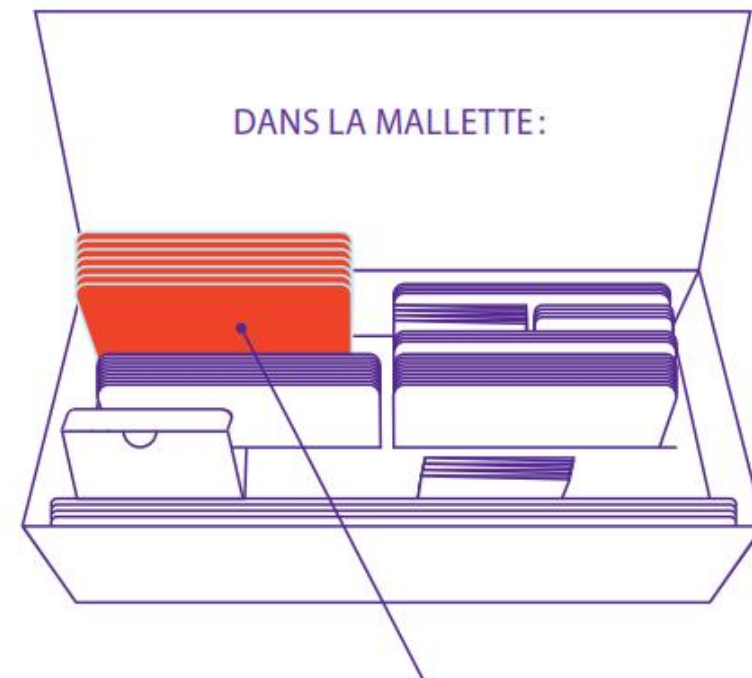
Cet atelier permet de reconstituer 6 familles d'images qui témoignent de l'histoire des Jeux Olympiques et Paralympiques : les symboles, les grandes olympiades, les performances, les pionniers & pionnières, les sports disparus, les accessoires. Puis il s'agit de remettre les images dans l'ordre chronologique en utilisant les indices qui sont contenus dans les textes d'accompagnement. Des cartes Bouger viennent enrichir le jeu de défis sportifs.



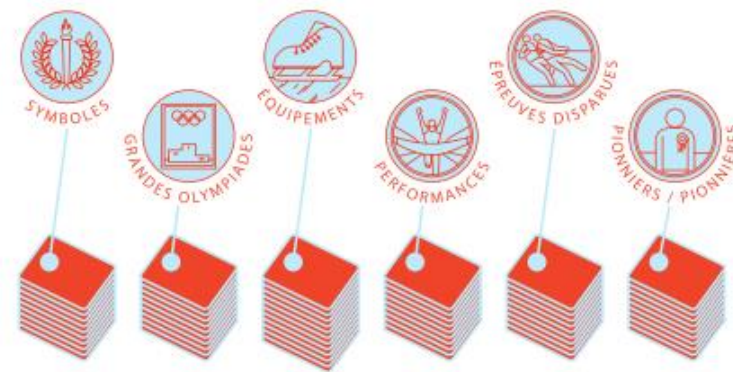
2 NIVEAUX
DE JEUX NON
LECTEURS

2 À 9
JOUEURS

3



60 cartes-images (il y a 6 familles de 10 cartes-images)



LA BELLE ÉQUIPE

Ce jeu est une aventure collective dans laquelle chaque participant incarne un sportif des premiers pas dans sa discipline jusqu'à sa qualification aux Jeux Olympiques et Paralympiques. En équipe et individuellement, les athlètes sont confrontés à des choix, des aléas et des défis athlétiques qui permettent d'obtenir des points de compétences. L'objectif final de ce jeu est de gagner une médaille d'or.



NIVEAU
LECTEURS

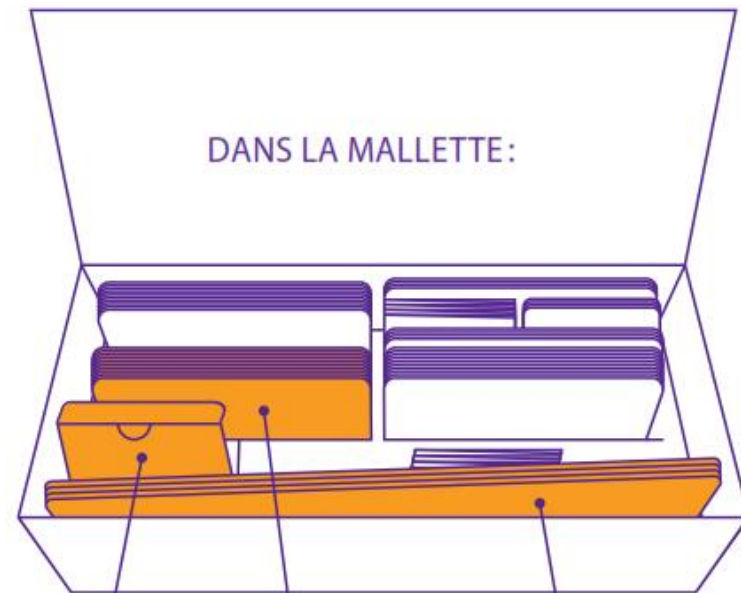


DE 8 À 24
JOUEURS



3

DANS LA MALLETTE :



80 pastilles
compétences



84 cartes



En 4 exemplaires
pour permettre à
4 équipes de jouer

plateaux équipe