



GROUPE D'ÂGE

Multiâge.

DURÉE :

5 à 10 minutes.

MATÉRIEL REQUIS

- Un ballon.

JEU ÉCLAIR #2 : L'EAU CACHÉE

Description

1. Rappeler au groupe qu'il est important de boire de l'eau plusieurs fois par jour pour être en forme et se sentir bien. Notre corps ne peut pas vivre sans eau. Leur expliquer qu'en plus de boire de l'eau, on peut aussi en manger, car il y a de l'eau cachée dans les aliments. Les meilleurs aliments pour nous hydrater et nous rafraîchir sont les fruits et les légumes, parce qu'ils contiennent beaucoup d'eau. C'est en partie pourquoi il faut en manger souvent.
2. Demander aux jeunes de former un grand cercle en position debout.
3. Le ballon en mains, l'animateur se positionne au centre et tourne sur lui-même. Lorsqu'il lance le ballon au hasard à un campeur, ce dernier doit l'attraper et rapidement crier un nom d'un fruit ou d'un légume.
4. Si le jeune n'arrive pas à trouver un nom ou s'il en cite un déjà nommé, il doit s'asseoir par terre, toujours dans le cercle. En étant assis, il est encore dans le jeu, mais s'il n'arrive pas à trouver un nom de fruit ou de légumes lorsque l'animateur lui renvoie la balle, il reste assis. S'il y arrive, il peut se relever et poursuivre le jeu.
5. Le jeu se termine lorsqu'il ne reste qu'un seul jeune debout. C'est le gagnant du jeu.

Variantes

- Pour rendre le jeu plus difficile, demander aux jeunes d'alterner entre les fruits et légumes. Par exemple, si un campeur dit un nom de fruit, le prochain doit nommer un légume.
- En lançant le ballon, l'animateur nomme une couleur. L'enfant doit alors nommer un fruit ou un légume de cette couleur pour rester dans le jeu. S'il n'en trouve pas, le prochain campeur devra répondre en considérant la même couleur.
- Pour réduire la durée du jeu, les jeunes, qui choisissent un aliment déjà nommé ou qui n'arrivent pas à en trouver un, restent assis et sont éliminés. Ils n'ont pas la possibilité de se relever.
- Former des équipes de deux et lancer le ballon à l'équipe.

