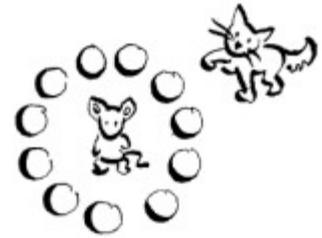


## Jouer – Jeux de poursuite: Chat et souris

Cet exercice requiert la coopération de tous les membres du groupe. Ce type de jeu se prête particulièrement bien à la mise en train cardio-vasculaire.

Les enfants forment un cercle en se tenant par la main. La souris prend place à l'intérieur du cercle, le chat à l'extérieur. Un rituel sous forme de petit dialogue précède le début de la chasse.

Une fois la chasse ouverte, le chat essaie d'attraper la souris. Mais sa tâche est compliquée, car les enfants du cercle aident la souris en levant les bras pour la laisser passer et abaissent les bras pour gêner le passage du chat.



Exemple de dialogue:

- Chat: «Petite souris, que fais-tu dans mon jardin?»
- Souris: «Je grignote le romarin!»
- Chat: «Et si j'arrive?»
- Souris: «Je m'esquive!»

---

Source: Manuel d'éducation physique, Manuel 3. Exercice adapté par Corina Wilhelm, Sport des enfants J+S



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO