

Rondes et jeux dansés

Propositions pédagogiques en lien avec le déconfinement

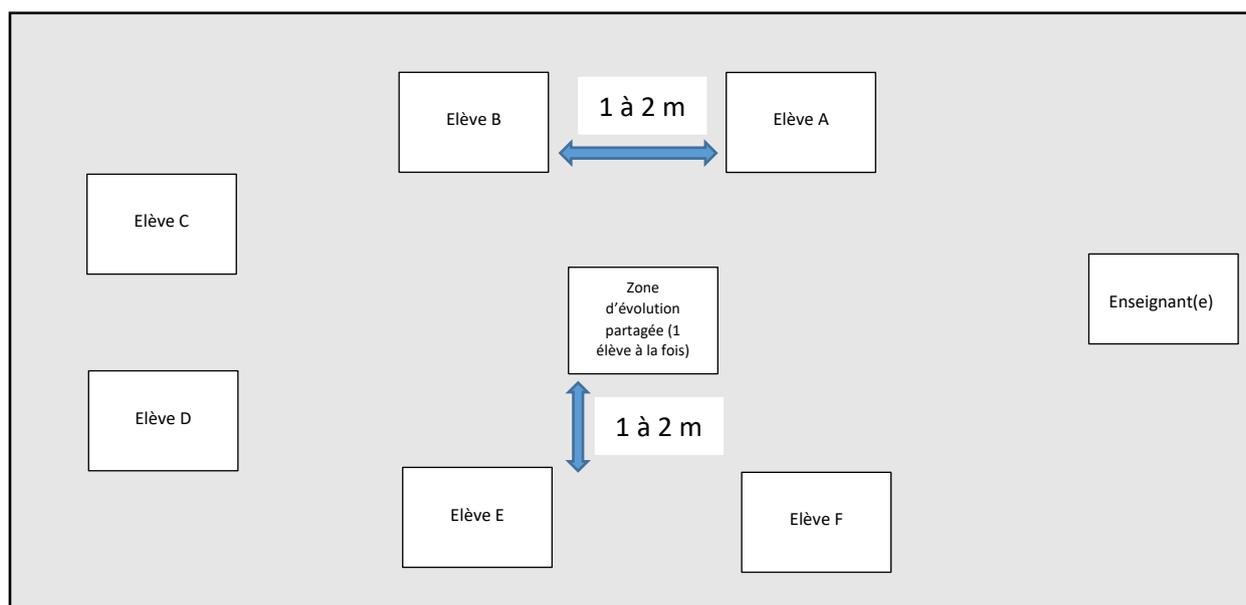
Le contexte actuel impose d'aménager les pratiques sportives au sein des écoles. Vous trouverez ci-dessous des pistes afin de proposer à vos élèves des situations en rondes et jeux dansés respectant la distanciation sociale. Elles s'adressent à tous les niveaux de classe, l'accent étant toutefois porté sur les cycles 1 et 2.

Le principe

La pratique des rondes et jeux dansés suppose, par nature, une proximité entre élèves. Néanmoins, on peut adapter un certain répertoire en délimitant des zones d'évolution pour chaque élève. Une zone d'évolution partagée peut être ménagée au centre, notamment pour les rondes à choisir, de façon à recevoir un élève qui aura été désigné.

Ces espaces peuvent prendre différentes formes (carré, cercle, etc.) et être matérialisés de plusieurs façons (craie, cordes, cerceaux, lattes, plots). Leur taille est à adapter en fonction du niveau des élèves (4 m² pour les plus petites à 9 m² pour les plus grands). On rappellera aux élèves de ne pas manipuler le matériel présent au sol.

Exemple :



Cette organisation peut être envisagée dans le cadre de la salle de motricité, d'une salle dédiée aux activités sportives, mais également dans la cour de récréation.

Rondes et danses à énumération corporelle

Chaque élève reste dans sa zone d'évolution. Un élève peut être désigné par ses camarades et/ou l'enseignant(e) pour se rendre dans la zone d'évolution partagée pour montrer, inventer des pas/gestes ou guider ses camarades.

Savez-vous planter les choux ?

Refrain :
Savez-vous planter les choux ?
A la mode, à la mode,
Savez-vous planter les choux ?
A la mode de chez nous.

On les plante avec le doigt.
À la mode, à la mode,
On les plante avec le doigt.
À la mode de chez nous.

Refrain

On les plante avec le pied, la main, le coude, etc.

1. Sur le refrain, les élèves évoluent individuellement dans leur zone. On pourra leur demander d'inventer des formes de déplacement (pas de fourmi, pas de géant, pas chassés, sauts à pieds joints, à cloche pied, etc.) qu'ils pourront présenter chacun leur tour dans la zone d'évolution partagée.

2. Les élèves effectuent ensuite les actions décrites dans chacun des couplets.

3. Un meneur pourra être désigné pour choisir des parties du corps à nommer.

Picoulet

[Lien vers la version chantée](#)

Refrain

Et voici comme l'on danse
Notre joyeux picoulet,
Et voici comme l'on danse
Notre joyeux picoulet.

Picoulet d'un doigt, d'un doigt,
Picoulet d'un doigt, d'un doigt.
Et voici comme l'on danse
Notre joyeux picoulet.

Refrain

La chanson se poursuit avec d'autres parties du corps.

1. Sur le refrain, les élèves évoluent individuellement dans leur zone. On pourra leur demander d'inventer des formes de déplacement (pas de fourmi, pas de géant, pas chassés, sauts à pieds joints, à cloche pied, etc.) qu'ils pourront présenter chacun leur tour dans la zone d'évolution partagée.

2. Les élèves effectuent ensuite les actions décrites dans chacun des couplets.

3. Un meneur pourra être désigné pour choisir des parties du corps à nommer.

Jean Petit qui danse

Jean petit qui danse
Jean petit qui danse
De son doigt il danse
De son doigt il danse
De son doigt doigt doigt
Ainsi danse Jean Petit.

Jean petit qui danse
Jean petit qui danse
De sa main il danse
De sa main il danse
De sa main main main
De son doigt doigt doigt
Ainsi danse Jean Petit.

La chanson se poursuit avec d'autres parties du corps.

1. Sur les deux premières phrases de chaque couplet, les élèves évoluent individuellement dans leur zone. On pourra leur demander d'inventer des formes de déplacement (pas de fourmi, pas de géant, pas chassés, sauts à pieds joints, à cloche pied, etc.) qu'ils pourront présenter chacun leur tour dans la zone d'évolution partagée.

2. Les élèves effectuent ensuite les actions décrites dans chacun des couplets.

3. On peut aussi désigner un meneur pour choisir des parties du corps à nommer.

J'ai un pied qui remue

[Lien vers la version chantée](#)

J'ai un pied qui remue
Et l'autre qui ne va guère
J'ai un pied qui remue
Et l'autre qui ne va plus
Ahhhhh (long)

La la la la la la la ...
La la la la la la la ... (x2)

La chanson se poursuit avec d'autres parties du corps.

1. Les élèves débutent par bouger la partie du corps énoncée et regarder l'autre en la montrant du doigt.

2. Sur les « la la la... », les élèves évoluent individuellement dans leur zone. On pourra leur demander d'inventer des formes de déplacement (pas de fourmi, pas de géant, pas chassés, sauts à pieds joints, à cloche pied, etc.) qu'ils pourront présenter chacun leur tour dans la zone d'évolution partagée. On peut également demander de frapper les pulsations avec les mains et ou les cuisses.

3. On peut aussi désigner un meneur qui choisira des parties du corps à nommer.

4. Pour les plus grands, on peut aussi introduire une dissociation segmentaire, c'est-à-dire mobiliser différentes parties du corps en même temps, par exemple : « J'ai un pied qui remue et le bras qui ne va guère », « J'ai une épaule qui remue et le g'nou qui ne va guère ».

La Toumba

Refrain :

Et oui c'est comme ça qu'on danse la tumba
Et oui c'est comme ça qu'on danse la tumba

1. Avec le pouce gauche
Refrain

2. Avec le pouce gauche
Avec le pouce droit
Refrain

On peut faire varier avec d'autres parties du corps.

1. Sur le refrain, les élèves évoluent individuellement dans leur zone. On pourra leur demander d'inventer des formes de déplacement (pas de fourmi, pas de géant, pas chassés, sauts à pieds joints, à cloche pied, etc.) qu'ils pourront présenter chacun leur tour dans la zone d'évolution partagée.

2. Les élèves associent ensuite les gestes et parties du corps aux actions nommées dans chacun des couplets.

3. On peut aussi désigner un meneur qui choisira des parties du corps à nommer.

Bonhomme bonhomme

[Lien vers la version chantée](#)

Bonhomme bonhomme, que sais tu donc faire ? (x2)
Sais tu bien jouer de ton doigt en l'air ? (x2)

Terre terre terre, de ton doigt par terre (x2)

Ha ha ha tout le monde en l'air.

Bonhomme bonhomme, que sais tu donc faire ? (x2)
Sais tu bien jouer de ton pied en l'air ? (x2)

Terre terre terre, de ton pied par terre (x2)

Ha ha ha tout le monde en l'air.

On peut faire varier avec d'autres parties du corps.

1. Sur les deux premières phrases, les élèves évoluent individuellement dans leur zone. On pourra leur demander d'inventer des formes de déplacement (pas de fourmi, pas de géant, pas chassés, sauts à pieds joints, à cloche pied, etc.) qu'ils pourront présenter chacun leur tour dans la zone d'évolution partagée.

2. Les élèves associent ensuite les gestes et parties du corps aux actions nommées dans chacun des couplets.

3. On peut aussi désigner un meneur qui choisira des parties du corps à nommer.

Ma mère est allée au marché

[Lien vers la version chantée](#)

Ma mère est allée au marché pour des sabots m'acheter,
Ma mère est allée au marché pour des sabots m'acheter.
Mes sabots font zig don daine, zig don daine font mes
sabots.

Ma mère est allée au marché pour un chapeau m'acheter,
Ma mère est allée au marché pour un chapeau m'acheter.
Mon chapeau est haut comme ça, et mes sabots font zig
don daine, zig don daine font mes sabots.

Ma mère est allée au marché pour une robe m'acheter,
Ma mère est allée au marché pour une robe m'acheter.
Ma robe fait frou frou frou, mon chapeau est haut comme
ça, et mes sabots font zig don daine, zig don daine font
mes sabots.

Ma mère est allée au marché pour une chemise m'acheter,
Ma mère est allée au marché pour une chemise m'acheter.
Ma chemise est courte courte courte, ma robe fait frou
frou frou, mon chapeau est haut comme ça, et mes sabots
font zig don daine, zig don daine font mes sabots.

Ma mère est allée au marché pour un cochon m'acheter,
Ma mère est allée au marché pour un cochon m'acheter.
Mon cochon fait [bruit de l'animal 3 fois], ma chemise est
courte courte courte, ma robe fait frou frou frou, mon
chapeau est haut comme ça, et mes sabots font zig don
daine, zig don daine font mes sabots.

1. Sur les deux premières phrases, les élèves évoluent individuellement dans leur zone. On pourra leur demander d'inventer des formes de déplacement (pas de fourmi, pas de géant, pas chassés, sauts à pieds joints, à cloche pied, etc.) qu'ils pourront présenter chacun leur tour dans la zone d'évolution partagée.
2. Les élèves associent ensuite les gestes aux vêtements nommés dans chacun des couplets.
3. On peut faire varier la chanson en proposant aux élèves de nommer de nouveaux habits et d'y associer des gestes.

Rondes à choisir

Chaque élève reste dans sa zone d'évolution. L'élève qui est choisi et désigné par ses camarades ou l'enseignant(e) se rend dans la zone d'évolution partagée.

Le crapaud

[Lien vers la version chantée](#)

J'ai dans ma cave, un joli crapaud mesdames,

J'ai dans ma cave, un joli crapaud.

J'ai dans ma cave, un joli crapaud mesdames,

J'ai dans ma cave, un joli crapaud.

Crapaud saute, saute, saute, saute,

Crapaud saute, saute mon joli crapaud.

1. Un élève est placé dans la zone d'évolution partagée pour jouer le rôle du crapaud.

2. Les autres élèves évoluent dans leurs zones d'évolution respectives. On pourra leur demander d'inventer des formes de déplacement (pas de fourmi, pas de géant, pas chassés, sauts à pieds joints, à cloche pied, etc.)

3. Sur « crapaud saute », le crapaud au centre saute. Les autres élèves peuvent en faire de même.

4. Le crapaud désigne un camarade pour le remplacer au centre (on veillera à ce qu'ils ne se croisent pas).

Bonjour Guillaume

Bonjour, Guillaume, as-tu bien déjeuné ?

Mais oui, madame, j'ai mangé du pâté,

Du pâté d'alouette, Guillaume, Guillaumette.

Chacun s'embrassera et Guillaume restera.

1. Un élève est placé dans la zone d'évolution partagée pour jouer le rôle de Guillaume.

2. Les autres élèves évoluent dans leurs zones d'évolution respectives. On pourra leur demander d'inventer des formes de déplacement (pas de fourmi, pas de géant, pas chassés, sauts à pieds joints, à cloche pied, etc.)

3. Les embrassades étant impossibles, on pourra demander aux élèves de mimer l'action.

4. Guillaume désigne un camarade pour le remplacer au centre (on veillera à ce qu'ils ne se croisent pas).

Mon petit lapin

Mon petit lapin a bien du chagrin
Il ne saute plus dans son petit jardin
Mon petit lapin a bien du chagrin
Il ne saute plus dans son petit jardin
Saute, saute, saute mon petit lapin
Danse, danse, danse dans ton petit jardin
Saute, saute, saute mon petit lapin
Et dépêche-toi d'embrasser quelqu'un

1. Un élève est placé dans la zone d'évolution partagée pour jouer le rôle du lapin.
2. Les autres élèves évoluent dans leurs zones d'évolution respectives. On pourra leur demander d'inventer des formes de déplacement (pas de fourmi, pas de géant, pas chassés, sauts à pieds joints, à cloche pied, etc.)
3. Sur « saute, saute, saute mon petit lapin », le lapin au centre saute. Les autres élèves peuvent en faire de même.
4. Les embrassades étant impossibles, on pourra demander aux élèves de mimer l'action.
5. A la fin du couplet, le lapin désigne un camarade pour le remplacer au centre (on veillera à ce qu'ils ne se croisent pas).

Gugusse

C'est Gugusse avec son violon,
Qui fait danser les filles (bis).
C'est Gugusse avec son violon,
Qui fait danser les filles et les garçons.

Mon papa ne veut pas
Que je danse, que je danse.
Mon papa ne veut pas
Que je danse la polka.
Refrain

Il dira c' qu'il voudra
Moi je danse (bis).
Il dira c' qu'il voudra
Moi je danse la polka.
Refrain

1. Un élève est placé dans la zone d'évolution partagée pour jouer le rôle de Gugusse.
2. Les autres élèves évoluent dans leurs zones d'évolution respectives. On pourra leur demander d'inventer des formes de déplacement (pas de fourmi, pas de géant, pas chassés, sauts à pieds joints, à cloche pied, etc.)
3. Gugusse désigne un camarade pour le remplacer au centre (on veillera à ce qu'ils ne se croisent pas).

Rondes à agir ensemble

Chaque élève reste dans sa zone d'évolution. Un élève peut être désigné par ses camarades et/ou l'enseignant(e) pour se rendre dans la zone d'évolution partagée pour montrer, inventer des pas/gestes ou guider ses camarades.

Dansons la capucine

Dansons la capucine
Y' a pas de pain chez nous
Y' en a chez la voisine
Mais ce n'est pas pour nous
You!

Dansons la capucine
Y' a pas de vin chez nous
Y' en a chez la voisine
Mais ce n'est pas pour nous
You!

Dansons la capucine
Y' a pas de feu chez nous
Y' en a chez la voisine
Mais ce n'est pas pour nous
You!

Dansons la capucine
Y' a du plaisir chez nous
On pleur' chez la voisine
On rit toujours chez nous
You!

1. Les élèves évoluent individuellement dans leur zone. On pourra leur demander d'inventer des formes de déplacement (pas de fourmi, pas de géant, pas chassés, sauts à pieds joints, à cloche pied, etc.) qu'ils pourront présenter chacun leur tour dans la zone d'évolution partagée.

2. Sur le « You ! », les élèves s'accroupissent. Ils peuvent proposer d'autres actions qu'ils pourront montrer à leurs camarades.

Rondin Picotin

Rondin Picotin

La Marie a fait son pain

Pas plus haut que son levain

Son levain était moisi

Son pain est tout aplati

Tant pis !

1. Les élèves évoluent individuellement dans leur zone.

2. Sur « Rondin Picotin », les élèves forment avec le doigt un rond puis une pique sur la paume d'une main.

3. Sur « La Marie a fait son pain », ils miment l'action de manger.

4. Sur « Pas plus haute que son levain », ils expriment la petitesse avec leurs deux mains.

5. Sur « Son pain est tout aplati », ils frappent dans leurs mains.

6. Sur « Tant pis ! », ils frappent sur leurs cuisses.

Les boudins

[Lien vers la version chantée](#)

Y'a longtemps qu'y'en ai mangé, d'o boudin, d'o boudin
ma grand-mère,

Y'a longtemps qu'y'en ai mangé, d'o boudin, d'o boudin
fricassé.

D'o boudin, d'o boudin ma grand-mère,

D'o boudin, d'o boudin fricassé.

D'o boudin, d'o boudin ma grand-mère,

D'o boudin, d'o boudin fricassé.

1. Sur les deux premières phrases, les élèves évoluent individuellement dans leur zone. On pourra leur demander d'inventer des formes de déplacement (pas de fourmi, pas de géant, pas chassés, sauts à pieds joints, à cloche pied, etc.) qu'ils pourront présenter chacun leur tour dans la zone d'évolution partagée.

2. A partir de la troisième phrase, les élèves frappent dans leurs mains. Ils peuvent proposer d'autres frappés qui seront présentés au groupe (avec les mains, les cuisses).

Mon petit lapin (sans choix)

Le crapaud (sans choix)

Retour au calme – Propositions

(d'après Sébire A., Pierotti C., Bouloré E., Charles K., Moret J., Sauvage P., *Pratiques corporelles de bien-être*, Éditions EP&S, Paris, 2013)

Le maquillage du clown

L'enfant fait semblant d'ouvrir la boîte à maquillage, prend son pinceau et choisit une couleur, (ou des paillettes) et la pose en se massant les joues, les paupières, le cou, le front, le nez, autour de la bouche etc., puis il range son pinceau et referme doucement la boîte à maquillage.

La petite étoile

L'enfant est relâché, allongé les bras écartés et les jambes écartées, les yeux fermés. L'adulte raconte une petite histoire : « A la plage, l'étoile se fait bronzer, elle met ses lunettes de soleil, elle lit, elle est bien, mais tout-à-coup une grosse vague arrive...» (alors contraction de tout le corps puis on se relâche). On recommence trois fois.

Les fourmis

L'enfant est assis et fait semblant d'ouvrir une petite boîte de laquelle s'échappent des milliers de petites fourmis. Avec les doigts de la main droite il imite les fourmis qui se promènent le long du bras, puis dans le cou, sur le visage, les yeux, la bouche, dans les cheveux, le long de l'autre bras, sur le ventre, les jambes etc., puis elles reviennent dans la petite boîte que l'enfant prend soin de refermer.

Des propositions complémentaires ont été formulées par le Groupe départemental maternelle 86 à l'adresse suivante : <http://ww2.ac-poitiers.fr/dsden86-pedagogie/spip.php?article2280>