



Conseils pour préparer votre jeu

• Les cartes

- ✓ Elles peuvent être imprimées sur papier blanc puis découpées et collées sur du canson de la couleur correspondante (7,5 cm x 4,9 cm). Le dos des cartes peut être décoré d'un petit logo « Escarbille et Chaboudo »
- ✓ Elles peuvent être imprimées directement sur une feuille colorée (rouge, jaune, vert, bleu), là encore, un petit logo peut décorer le dos des cartes.
- ✓ Elles peuvent être imprimées en recto/verso avec le dos coloré, ou encore, si vous n'avez pas de recto-verso, en recto puis en verso, il n'y a plus qu'à découper et assembler les 2 en les collant.



• Les accessoires à prévoir

- ✓ Un dé 6 faces 
- ✓ 4 pions : des petits ronds cartonnés sur lesquels on pourra coller un des 4 personnages ou ce que vous avez : des coquillages, des grosses perles etc.
- ✓ 1 petite balle type balle anti-stress / jonglage 
- ✓ Une dizaine de doudous ou d'objets mous, pas trop lourds pouvant être déplacés avec le pied 
- ✓ Eventuellement une corde à sauter. Si vous n'en avez pas, remplacez le défi « corde à sauter » des cartes vertes par des sauts sur un pied.
- ✓ Pour la roue nécessaire aux défis verts, il faut une attache parisienne et un bouchon de liège coupé en 2. Imprimer sur un papier de grammage au moins 120g/mm ou prévoir de la coller sur un papier cartonné type canson. La flèche doit aussi être réalisée en carton, en utilisant le gabarit fourni. Vous pouvez colorier aux crayons de couleur votre roue. Avec l'aide d'un adulte, percer la flèche et la roue de manière à insérer l'attache parisienne qu'il faudra ensuite fixer au ½ bouchon de liège afin qu'elle tourne facilement.



• Le plateau

- ✓ Si possible à imprimer sur un papier de grammage au moins 120g/mm ou à coller sur un papier cartonné type canson ou à plastifier.



Sources d'inspiration : l'album « La chaise bleue » de Claude Boujon – les défis Famille USEP

Règles du jeu « La chaise »



2 à 4



20 à 30 min

- **But du jeu**

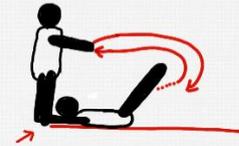
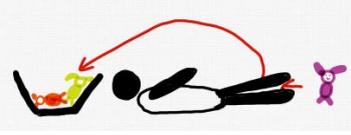
C'est le principe du jeu de l'oie : il faut être le premier à rejoindre l'arrivée.

- **Contenu**

- 54 cartes : 14 cartes rouges – 14 cartes vertes – 14 cartes jaunes – 12 cartes bleues
- Un plateau de jeu
- Une roue
- Quelques petits accessoires à prévoir : voir les conseils de préparation

- **Règles du jeu**

- Lancer de dé pour démarrer : celui qui a le nombre le plus grand commence.
- Les cases de couleur correspondent aux cartes défis sports à réaliser
 - o Cartes rouges : YOGA
 - o Cartes vertes : étirements/ renforcement musculaire
 - o Cartes jaunes : des positions à tenir sur une chaise
 - o Cartes bleues : des sports à mimer. Sur le plateau, dans les cases, il est indiqué le nombre de cartes bleues à tirer et le nombre d'enchaînement à réaliser à partir de ces cartes. Par ex, 3x3cartes : je tire 3 cartes – rugby/tennis/escrime : je dois mimer rugby/tennis/escrime/rugby/tennis/escrime/rugby/tennis/escrime
- Si le défi n'est pas réalisé, le joueur recule d'une case.
- Les cases spéciales
 - o « Chaise cassée » : passer un tour 
 - o « Dromadaire » : prison, il faut attendre que quelqu'un passe par cette case pour être libéré 
 - o « Acrobatie de Chaboudo » : relancer le dé 
 - o Tête de mort : revenir au point de départ 
- Le premier à franchir la case « Arrivée » a gagné même si le nombre indiqué par le dé est supérieur au nombre de cases restantes.
- Quelques précisions sur certaines cartes vertes :

	Face à face, frapper main droite dans main droite en appui sur 1 bras et les 2 jambes légèrement écartées, puis main gauche dans main gauche etc.
	Le joueur actif est celui au sol. Une aide est debout, jambes légèrement écartées, bras tendus en avant. Le joueur au sol accroche ses mains aux chevilles de l'aide, lève les jambes jusqu'aux mains tendues de l'aide qui les repousse vers le sol. Le joueur au sol contrôle ses jambes pour ne pas toucher le sol et les renvoyer dans les mains de l'aide.
	Face à face, sur le ventre bras et jambes tendues, faire circuler la balle de l'épaule droite à l'épaule gauche puis la donner au joueur d'en face et ainsi de suite.
	Placer les doudous aux pieds du joueur et à l'arrière de sa tête une caisse pouvant contenir les doudous. Le joueur s'allonge au sol et doit attraper les doudous avec les pieds, basculer les jambes vers l'arrière pour déposer les doudous dans la caisse.
	La bascule : 2 joueurs face à face : quand l'un est accroupi l'autre est debout, puis l'un se met debout pendant que l'autre s'accroupit et ainsi de suite.