

Jeux du mois – n°9 : Mai 2026
Games of the month – n°9 : May 2026



Tous les cycles

Pauses actives / Active Breaks

Buts :

- Faire une pause active durant les apprentissages
- Bouger au quotidien

Lien avec l'anglais :

- Suivre des consignes en anglais / Travailler la compréhension orale

Espace :

- La salle de classe

Temps :

- 5 minutes à répéter plusieurs fois durant la période

Matériel :

- Vidéoprojecteur

Déroulement :

- Le PE projette une des vidéos aux élèves qui se mettent debout pour réaliser les mouvements.



Variantes :

Cycle 1 :

<https://www.youtube.com/watch?v=ICUY3EXMMg4>

https://www.youtube.com/watch?v=Eaw2OKc5HQk&list=RDEaw2OKc5HQk&start_radio=1

https://www.youtube.com/watch?v=nC5H4Yu-WoA&list=RDnC5H4Yu-WoA&start_radio=1

https://www.youtube.com/watch?v=6jNpZZvtT7o&list=RD6jNpZZvtT7o&start_radio=1

Cycles 2 et 3 :

https://www.youtube.com/watch?v=f7Q1oJ4BLs0&list=RDf7Q1oJ4BLs0&start_radio=1

https://www.youtube.com/watch?v=-y5yuLuw7KQ&list=RD-y5yuLuw7KQ&start_radio=1

<https://www.youtube.com/watch?v=gkw0JCdZO90>

<https://www.youtube.com/watch?v=uMuJxd2Gpxo&list=PLGn7YK-qUDhINtX2NqaUW9rpdplc1ltsK>

Consignes à donner en anglais :

1. C'est l'heure de la pause active, tout le monde debout!
It's time for an active break, everyone, stand up!
2. Vous avez juste à suivre la video. Ce sera en anglais.
Just follow the video. It will be in English.

Have a nice time !

