

L' A-B-C en bataille

Se joue avec un jeu de 52 cartes (de préférence)
ou de 32 cartes (cartes de 2 à 6 absentes).
Il faut être minimum 2 joueurs.

Avant de commencer :

- regarder la vidéo d'explication des mouvements liés à « l'ABC des petits gymnastes ». (lien vidéo sur la page web).
- réaliser l'alphabet en entier avec les participants. (récapitulatif en page 3)

.....

On distribue toutes les cartes aux joueurs qui les rassemblent en paquet devant eux.
Chacun tire la carte du dessus de son paquet et la pose sur la table.

Celui qui a la carte la plus forte ramasse les autres cartes et réalise le mouvement lié à la carte gagnante. (tableau en 2^{ème} page).

L'as est la plus forte carte, puis le roi, la dame, le valet, 10, etc.

Si vous avez 1 carte Joker dans le jeu, elle sera la plus forte et donne le droit de choisir son mouvement.

Lorsque deux joueurs posent en même temps deux cartes de même valeur il y a "bataille".
Lorsqu'il y a "bataille" les joueurs tirent la carte suivante et la posent, face cachée, sur la carte précédente. Puis ils tirent une deuxième carte qu'ils posent cette fois-ci face découverte et c'est cette dernière qui départagera les joueurs.

Celui qui gagne les cartes réalise le mouvement de la carte gagnant, quant au perdant du tour il réalise les deux cartes face cachée.

Le gagnant est celui qui remporte toutes les cartes. Il gagne le droit de choisir un gage pour le ou les perdant(s) ; mouvement lié à l'alphabet de la gym ou autre.

A vous de jouer !

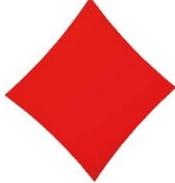
*N'hésitez pas à compliquer l'alphabet en utilisant les mouvements
de la tranche d'âge supérieur.*

Cartes = L' A-B-C des petits gymnastes

	
1	A L'araignée
R	C La colle
D	E L'éléphant
V	G La girafe
10	I La tour eiffel
9	K Le kangourou
8	M Le tam-tam
7	O Coordination
6	Q Talons / fesses
5	S Rouler / bouler
4	U Gainage
3	W Le chat
2	Y Le phoque

	
1	M Le tam-tam
R	K Le kangourou
D	I La tour eiffel
V	G La girafe
10	E L'éléphant
9	C La colle
8	A L'araignée
7	Y Le phoque
6	W Le chat
5	U Gainage
4	S Rouler / bouler
3	Q Talons / fesses
2	O Coordination

	
1	L Le lapin
R	J Les pieds
D	H Le hérisson
V	F Le flamant rose
10	D La chandelle
9	B Le bâton
8	N Monter de genoux
7	P Le pingoin
6	R Roulade avant
5	T Déplacement dos
4	V Pas chassés
3	X La chaise
2	Z Le crocodile

	
1	Z Le crocodile
R	X La chaise
D	V Pas chassés
V	T Déplacement dos
10	R Roulade avant
9	P Le pingoin
8	N Monter de genoux
7	L Le lapin
6	J Les pieds
5	H Le hérisson
4	F Le flamant rose
3	D La chandelle
2	B Le bâton

L' A-B-C des petits gymnastes

A	L'araignée : lever 1 jambe après l'autre et même chose pour les bras	N	Monter de genoux : sur place, lever un genou puis l'autre
B	Le bâton : corps droit, pieds joints, bascule en arrière avec maintien d'une personne	O	Coordination : sur place, faire toucher le coude et le genou opposé
C	La colle : jambes tendues, serrées au sol, on touche différents endroits du corps	P	Le pingoin : marcher sur les talons en avant et en arrière
D	La chandelle : sur le dos, monter les pieds vers le haut (avec aide : pression sur les pieds ou seul : avec l'aide des bras)	Q	Talons/fesses : sur place, faire toucher un talon sur une fesse, une jambe après l'autre
E	L'éléphant : déplacement jambes et bras tendus en avant et en arrière	R	Roulade avant : (protection au sol) on pose les mains, on rentre la tête et on pousse dans les 2 jambes en même temps
F	Le flamant rose : équilibre sur 1 pied puis l'autre	S	Rouler/bouler : tout droit au sol, tourner sur un côté puis l'autre
G	La girafe : marcher sur demi-pointes en avant et en arrière	T	Déplacement dos : ramper sur le dos sans s'aider des mains
H	Le hérisson : rouler sur le dos (culbuto)	U	Gainage : alterner les positions, fesses (mais seulement les fesses), dos, ventre, ...
I	La tour Eiffel : fermeture debout, jambes tendues, lever une jambe puis l'autre	V	Pas chassés : déplacement debout sur les cotés, on ouvre les pieds et on les colle
J	Les pieds : assis, jambes serrées et tendues, alterner pointes de pieds et pieds flex	W	Le chat : 4 pattes, dos rond puis dos creux
K	Le kangourou : rebonds pieds joints sur place, tourner d'un côté puis l'autre	X	La chaise : jambes semi-écartées, on plie les jambes et on les retend
L	Le lapin : rebonds accroupi, genoux serrés et mains à plat	Y	Le phoque : sur la ventre, on tend les bras, dos creux
M	Le tam-tam : assis jambes écartées et tendues, tamtam au milieu, on touche un pied puis l'autre et les deux	Z	Le crocodile : ramper sur le ventre en avant et en arrière