

# L'enfant (s')équilibre



## équilibrer

### L'enfant joue avec l'équilibre

— Ces éléments ne sont ni une progression, ni une programmation de travail sur l'équilibre  
— Il est possible de les rencontrer au cours d'autres activités.

— N'importe quelle situation prise au hasard peut être un aboutissement, ou le point de départ du recherche qui pourra :

- se poursuivre longtemps
- s'interrompre
- déboucher sur d'autres types d'action selon le projet des enfants ou le projet de l'enseignant.



## s'équilibrer

- de façon durable (thèmes de jeux d'équilibre)
- passagèrement (au cours d'autres activités)

L'enfant apprend ici :

— à maîtriser son geste et sa force pour construire (ou « déconstruire » sans faire tomber)

— à accepter la frustration de la chute en comprenant les règles qui lui permettront de savoir refaire

— à respecter les réalisations des autres en évoluant sans les compromettre

— à découvrir sa place dans un groupe en faisant avec les autres

— à faire confiance aux autres en leur abandonnant l'équilibre de son propre corps, etc.



# projets ou consignes, réponses ou demandes de l'enfant ou de l'enseignant

*Ce que l'enseignant peut voir, souhaiter voir, exiger de voir...*

« Mettre des objets en équilibre entre eux » :

– tous les objets possibles, de toutes les couleurs

→ boîtes, cubes, plots, caissettes

→ balles, ballons

→ anneaux, cerceaux

→ Kaplas®

→ quilles, bouteilles en plastique

→ bâtons, bâtonnets,

→ coussinets de sable

→ etc.

– les objets d'une même couleur (tous les rouges, tous les bleus, ...)

– les objets de même forme (tous les ronds, tous les carrés, ...)

– les objets de même nature (tous les objets en bois, tous les objets en plastique, ...)

– les objets qui sont grands, petits, ...

– les objets qui sont longs, courts, ...

– les objets qui sont lourds

– en utilisant un seul type d'objets (les caissettes, les anneaux, les cerceaux, ...)

**L'enfant  
utilise  
des  
objets**

**Seul**

(projet  
personnel)

**Avec  
d'autres**

(projet  
commun)



- en utilisant deux objets différents (les cerceaux et les quilles, les ballons et les anneaux, ...)
- en utilisant seulement deux objets :
  - identiques
  - différents
- en utilisant 3 objets
- etc.

**Autres projets :**

- « *Réaliser une construction qui sera :*
  - la plus grande possible
  - la plus haute
  - très solide
  - fragile
  - sur laquelle nous pourrions monter
  - dans laquelle nous pourrions nous réfugier
  - qui sera jolie
  - qui sera plus grande que moi, aussi grande que moi, moins grande que moi
- « *Démonter la construction en enlevant les objets un par un sans faire tomber l'ensemble* »
- etc.



## actions

**Il utilise son corps et des objets**

*En mouvement*

- Seul
- Avec un autre
- Avec les autres

## ce que l'enseignant demande

*« Jouer avec l'équilibre d'un objet en mouvement »*

Exemples : avec un cerceau, avec un bâton

*« Jouer avec le déséquilibre d'un objet »*

## ce que fait l'enfant

— *« Je fais rouler mon cerceau le plus longtemps possible pour qu'il ne tombe pas »*

→ je ne lui cours pas après

→ j'ai le droit de lui courir après

— *« Je me déplace avec un bâton en équilibre sur ma main, sur les doigts, ... »*

→ en marchant

→ en courant

→ le bâton est debout

→ le bâton est posé à plat

— *« Je transporte des objets en équilibre sur ma tête »*

→ coussinets de sable

→ sacs de graines

→ anneaux

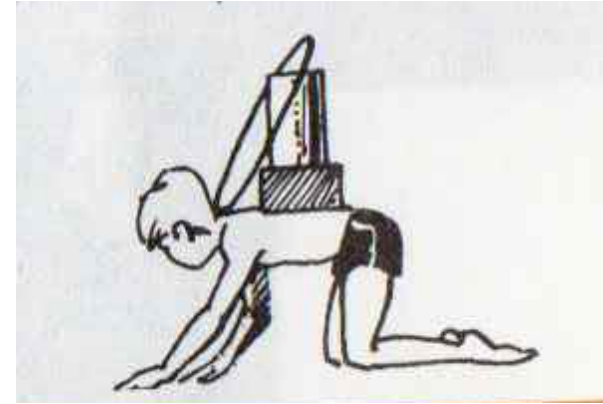
→ anneaux et ballons

— *« Je transporte des objets en équilibre sur mon dos, sur mon ventre, ... »*

— *« Je fais tourner mon cerceau sur lui-même et je saute dedans »*

*Immobile*

— Le corps de l'enfant fait partie d'un équilibre d'objets, on peut construire sur lui.



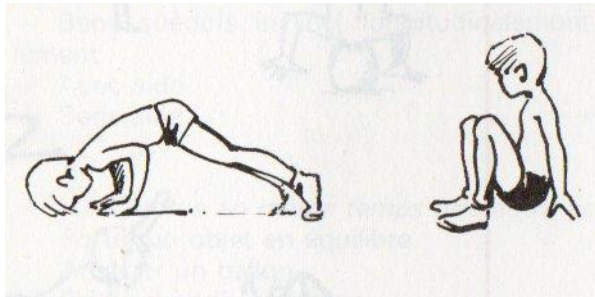
**Il utilise son corps en équilibre sur le sol**

*En position tenue*

— « Avec cinq appuis » (points de contact avec le sol)

→ Ventre tourné vers le sol

→ Dos tourné vers le sol



— « Avec quatre appuis »

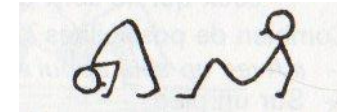
→ Deux pieds, deux mains

→ Deux pieds, une main, la tête

— « Je peux changer la place de mes pieds »

Loin de mes mains

Près de mes mains



— « Je peux changer la place de mes mains »

→ Près de ma tête

→ Loin de ma tête

→ Enlever mes mains (voir 3 appuis)

→ Enlever un pied (voir 4 appuis)

→ Enlever ma tête (voir 4 appuis)

— « Je peux aussi changer la place de mes appuis »

etc.

→ Deux mains, un pied, la tête

– « Avec trois appuis »

→ Deux mains et un pied

→ La tête et deux pieds

→ Une main et deux pieds

→ La tête, une main et un pied

– « Avec deux appuis »

→ Sur deux pieds

→ Sur la pointe des pieds

→ Sur une main et un pied

- ceux qui sont du même côté
- ceux qui ne sont pas du même côté

Combien de possibilités ?

– « Avec un seul appui »

→ Sur un pied

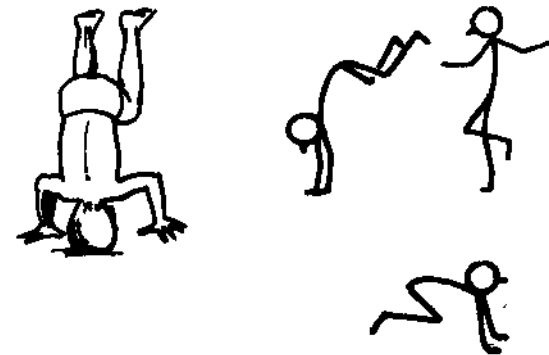
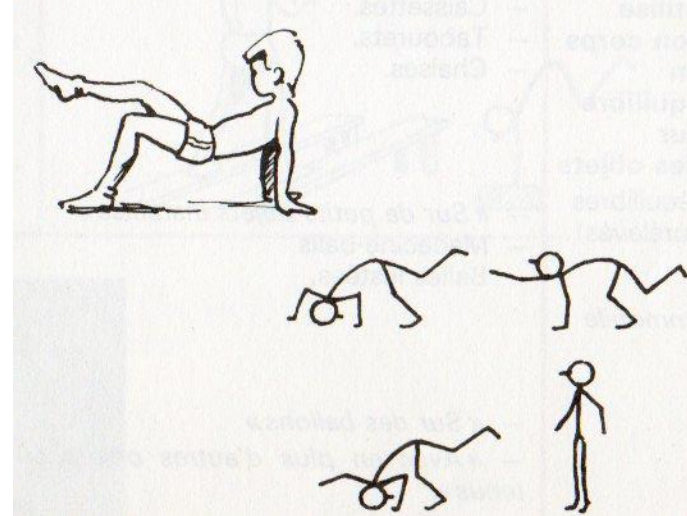
→ Sur la pointe d'un pied

– « Avec deux appuis »

→ Les deux mains (ruade)

→ En se déplaçant (bonds de lapin)

→ etc.



**Il utilise son corps en équilibre sur des objets**

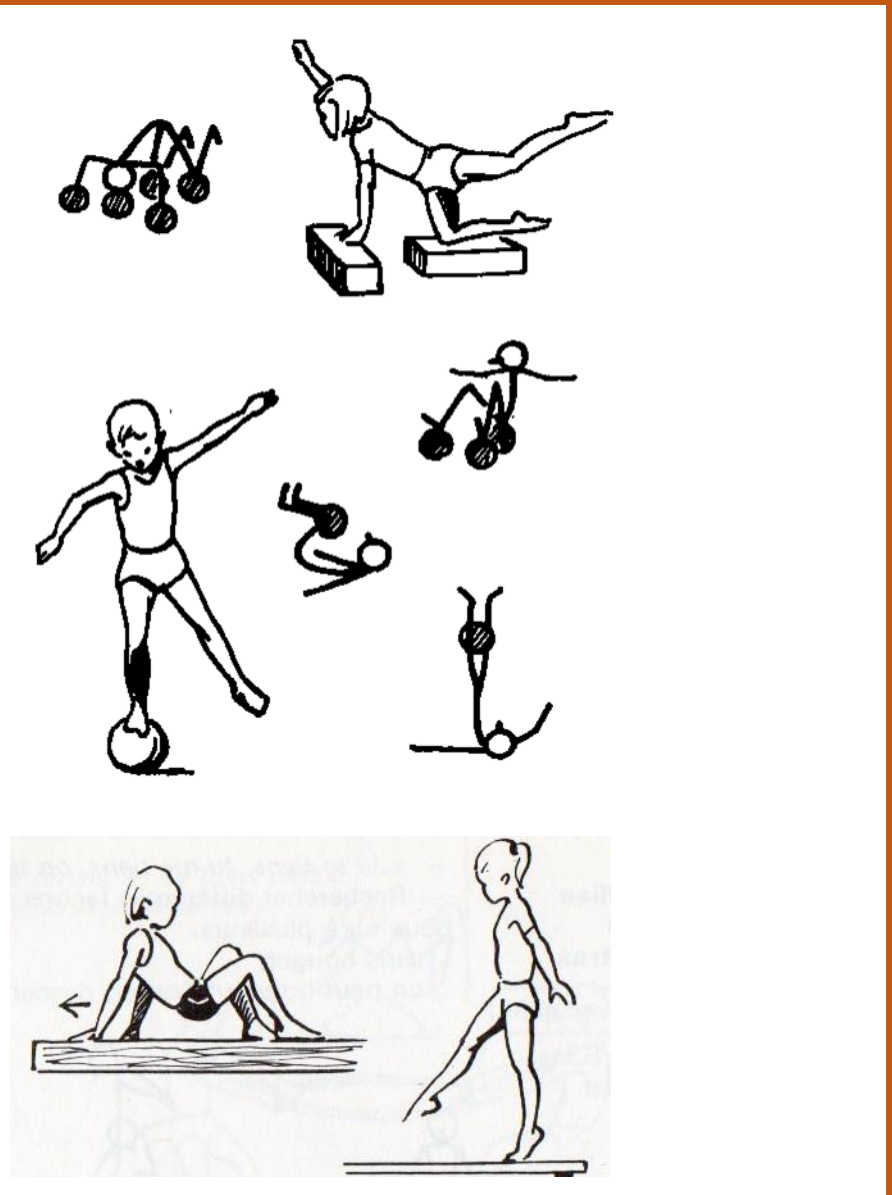
*Immobile*

- « *Sur de petits objets stables* »
  - Caissettes
  - Tabourets
  - Chaises
- « *Sur de petits objets instables* »
  - Medecine-balls
  - Balles lestées
- « *Sur des ballons* »
- « *Avec en plus des objets tenus* »

– « *Je me déplace en équilibre sur des objets de différentes façons* »

- Poutre basse
  - Tabourets
  - Bancs
  - Poutre d'équilibre
- } → avec aide  
} → sans aide

*En déplacement*





– « *J'effectue en même temps une autre action* »

→ Porter un objet en équilibre

→ Attraper un ballon

→ Faire rebondir un ballon

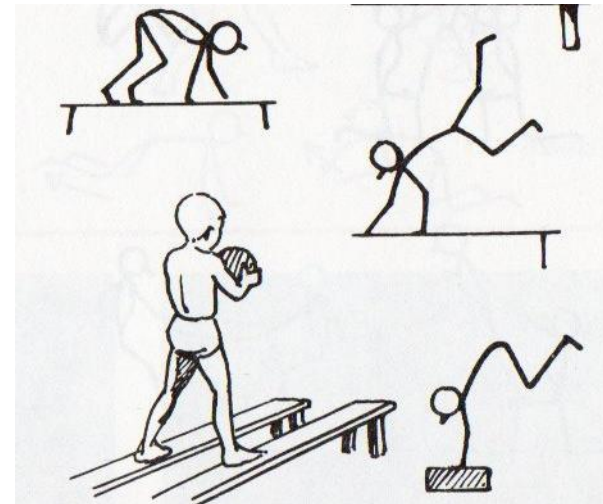
– « *À certains moments, je n'ai pas peur de fermer les yeux* »

– « *Je suis passagèrement en équilibre sur des objets* »

→ Sur une caissette (ruade)

→ Sur un banc (roue)

– « *Nous combinons différents éléments pour fabriquer un parcours d'équilibre* »



**Il utilise les autres**

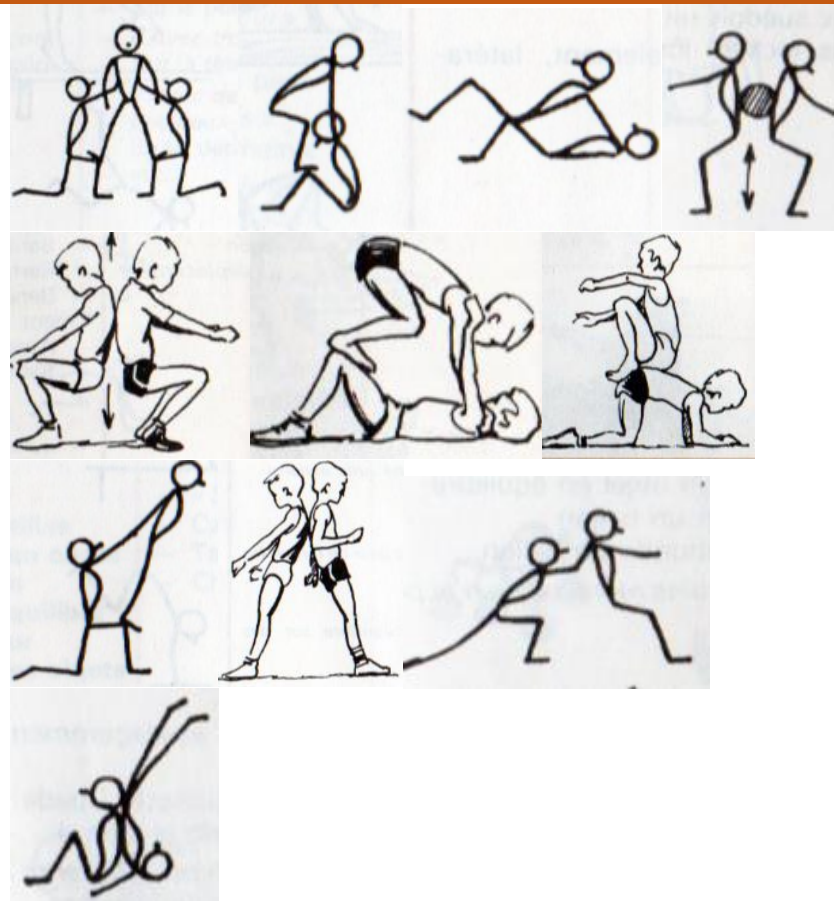
→ avec aide

— sans objet

— « *Je te tiens, tu me tiens, nous tenons ensemble* »

→ Rechercher différentes façons d'être en équilibre à deux ou à plusieurs.

- sans bouger
- nous pouvons bouger (monter, descendre, se déplacer)



– avec objet



→ contre opposition

Sur tapis ou surface adaptée

– « *Je t'empêche de tenir. Je te fais tomber* »

– « *Comment ?* »

- en supprimant mon aide
- en utilisant ma force
- directement « *combat de coqs* »

→ par l'intermédiaire d'un objet : cordelette, bâton, cerceau, ballon...

→ tous ensemble : tir à la corde

→ en supprimant tes appuis

« *Je te tenais, je ne tiens plus* »

« *Je te pousse, je te tire* »

