

Activités acrobatiques: période 4

DOMAINE: Adapter ses équilibres et ses déplacements à des environnements ou des contraintes variés.

OBJECTIFS : Mieux connaître son corps.

- Construire le répertoire moteur de base.
- Prendre confiance en soi.
- Risquer son équilibre lors de différentes actions, avoir des conduites motrices inhabituelles.
- Améliorer la coordination motrice , prendre conscience des différents segments à mobiliser.
- Ajuster son tonus musculaire.

Objectifs au sein du groupe classe :

- écouter et respecter les consignes
- respecter le tutorat MS/PS mis en place
- les PS se déplacent en imitant des MS
- avoir des élèves les plus actifs possible.

Progrès à obtenir:

S'approprier différentes actions motrices pour contrôler la roulade longitudinale, la rotation (roulade avant), différents équilibres et quelques sauts avec impulsion .

1

Temps prévu : environ 40mn

Je roule, j'enjambe, je me déplace en équilibre

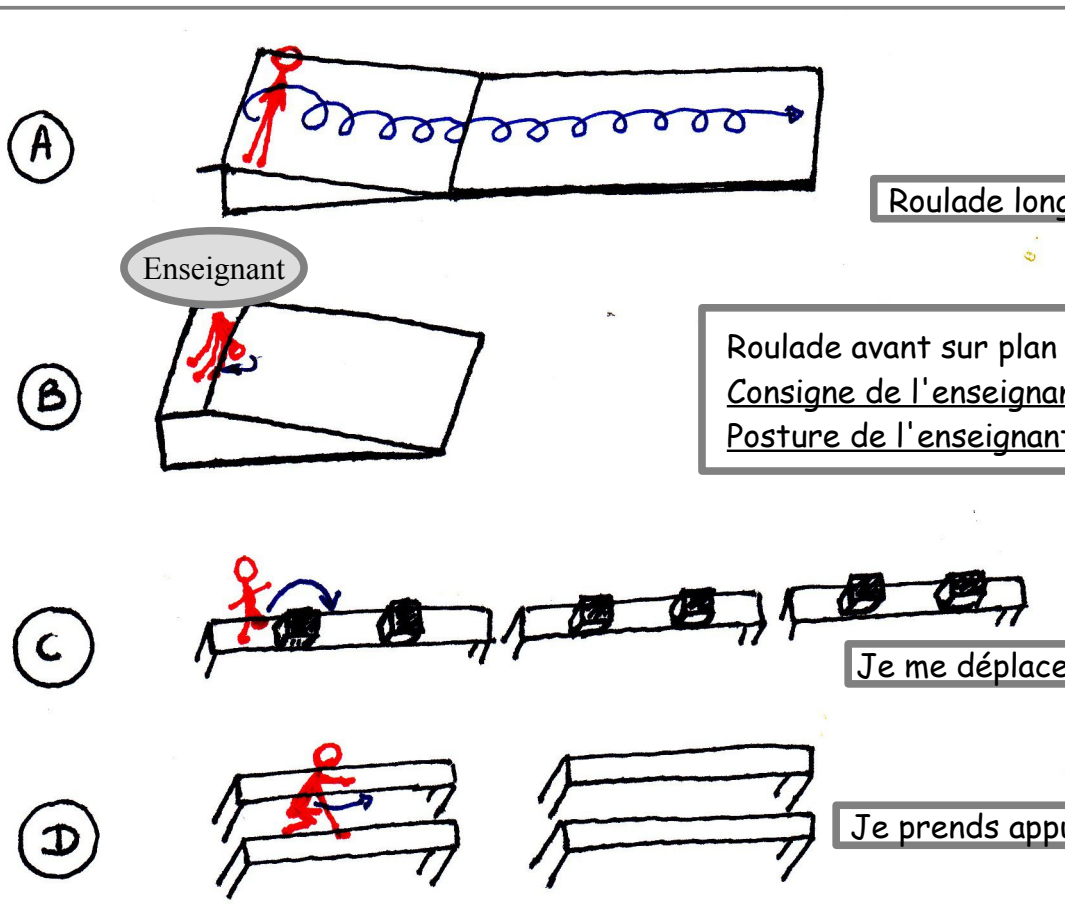
Matériel : Tapis et bancs.

Échauffement corporel :

des pieds à la tête, faire bouger les membres de différentes façons.

L'enseignant verbalise les actions et organise des groupes de niveau hétérogène.

4 ateliers tournants



Roulade longitudinale sur plan incliné puis sur tapis.

Roulade avant sur plan incliné.

Consigne de l'enseignant : regarder son nombril, enrrouler le dos.

Posture de l'enseignant : aider à l'enroulement de la nuque

Je me déplace debout sur le banc et je franchis les obstacles

Je prends appui sur mes mains pour réaliser un tranfert de poids

Petite comptines de retour au calme.

Je roule, je saute, je me déplace en équilibre.

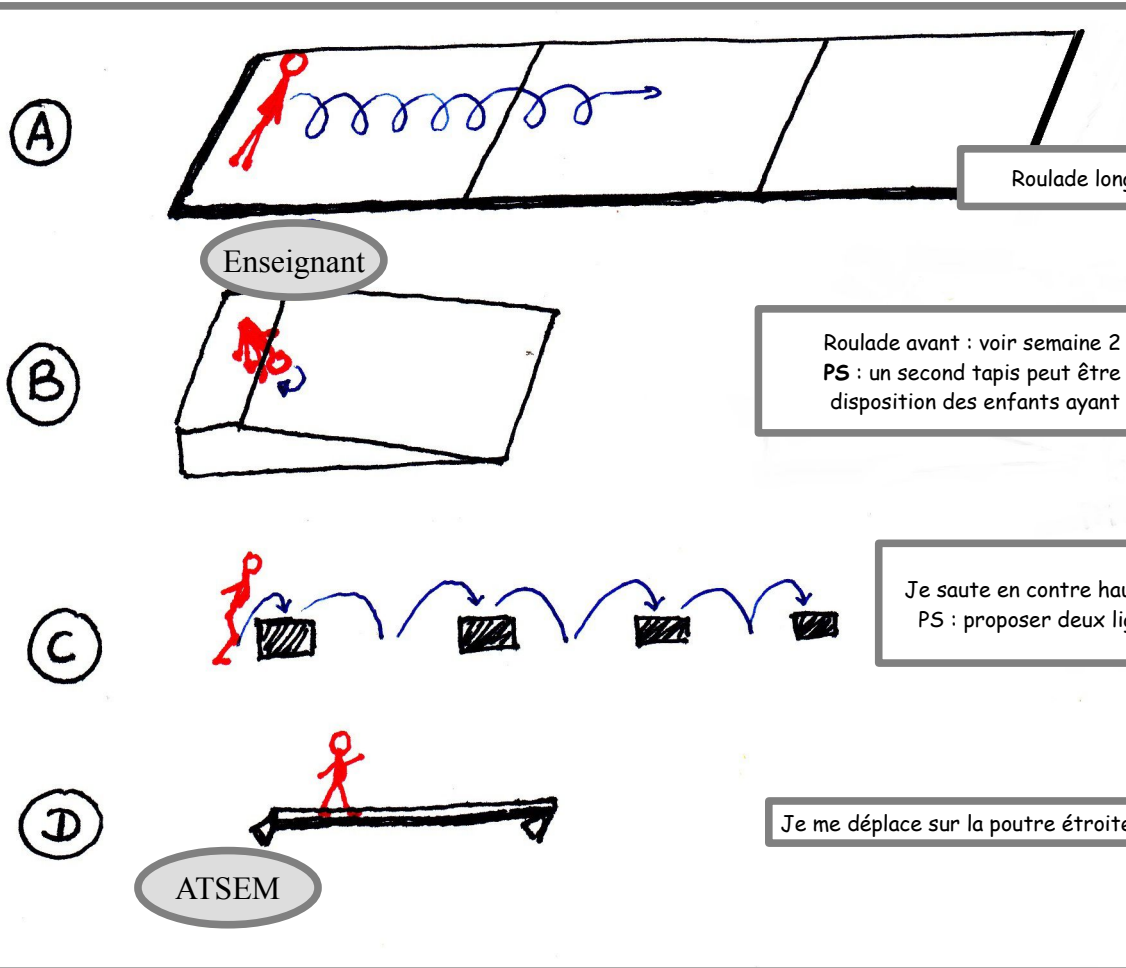
Matériel : tapis, caissettes, poutres.

Echauffement corporel :

des pieds à la tête, faire bouger les membres de différentes façons.

4 ateliers tournants

L'enseignant verbalise les actions et organise des groupes de niveau hétérogène.



Retour au calme, assis en tailleur + comptines.

3

Temps prévu : environ 40mn

Je roule, je me déplace en équilibre.

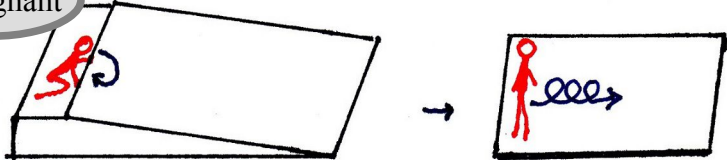
Matériel : tapis;
échelles; bancs.

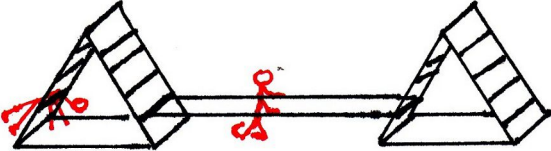
Echauffement corporel :
des pieds à la tête, faire bouger les membres de différentes façons.

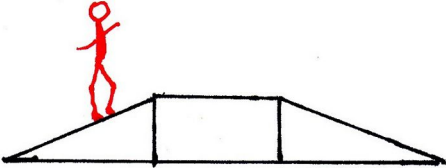
L'enseignant verbalise les actions et organise des groupes de niveau hétérogène.

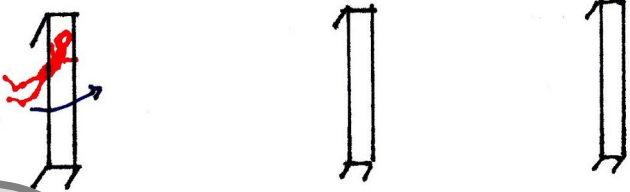
4 ateliers tournants

Enseignant

(A) 

(B) 

(C) 

(D) 

ATSEM

J'enchaîne une roulade avant puis une roulade longitudinale sur le tapis.

Je trouve le moyen de passer au travers des échelles et de me transférer sur les barres parallèles sans les pieds.

Je monte, je marche et je descends en demie pointe sur une poutre inclinée.

Je réalise des sauts de lapin par dessus les bancs.
PS : premier banc plus haut avec ATSEM.

Retour au calme, assis en tailleur + comptines.

Je roule, je me suspends, je saute, je me renverse.

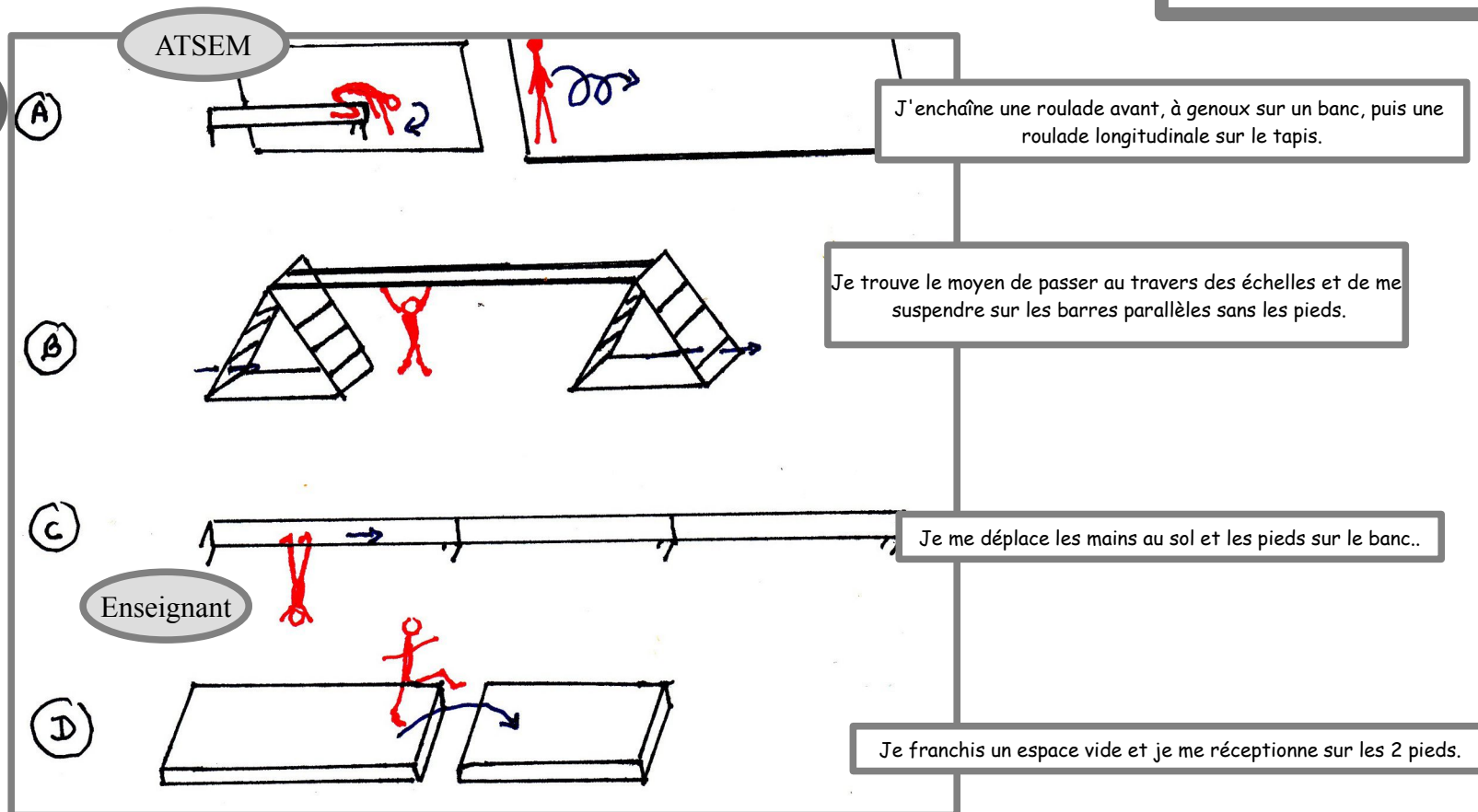
Matériel : bancs, tapis, échelles, barres parallèles

Echauffement corporel :

des pieds à la tête, faire bouger les membres de différentes façons.

L'enseignant verbalise les actions et organise des groupes de niveau hétérogène

4 ateliers tournants



Retour au calme, assis en tailleur + comptines.

Je roule, je saute, je me jette à plat ventre.

Matériel : bancs, chaise, table, tapis.

Echauffement corporel :

des pieds à la tête, faire bouger les membres de différentes façons.

L'enseignant verbalise les actions et organise des groupes de niveau hétérogène.

4 ateliers tournants

The diagram illustrates four stations for a physical education activity:

- Station A:** A stick figure is shown climbing a chair, a bench, and a table. A label 'ATSEM' is above the table. Description: "Je grimpe sur la chaise, le banc, la table puis je saute en équilibre sur mes deux pieds."
- Station B:** A stick figure is shown performing a forward roll. Description: "J'enchaîne des roulades avant."
- Station C:** A stick figure is shown running and jumping flat on their stomach on a mat. Description: "Je cours et je saute à plat ventre sur le tapis."
- Station D:** A stick figure is shown performing a rabbit jump on mats of different heights. Description: "Je fais des sauts de lapins sur des tapis de hauteurs différentes."

An 'Enseignant' label is positioned between stations A and B.

Retour au calme, assis en tailleur + comptines.

Je m'équilibre, je saute, je me renverse.

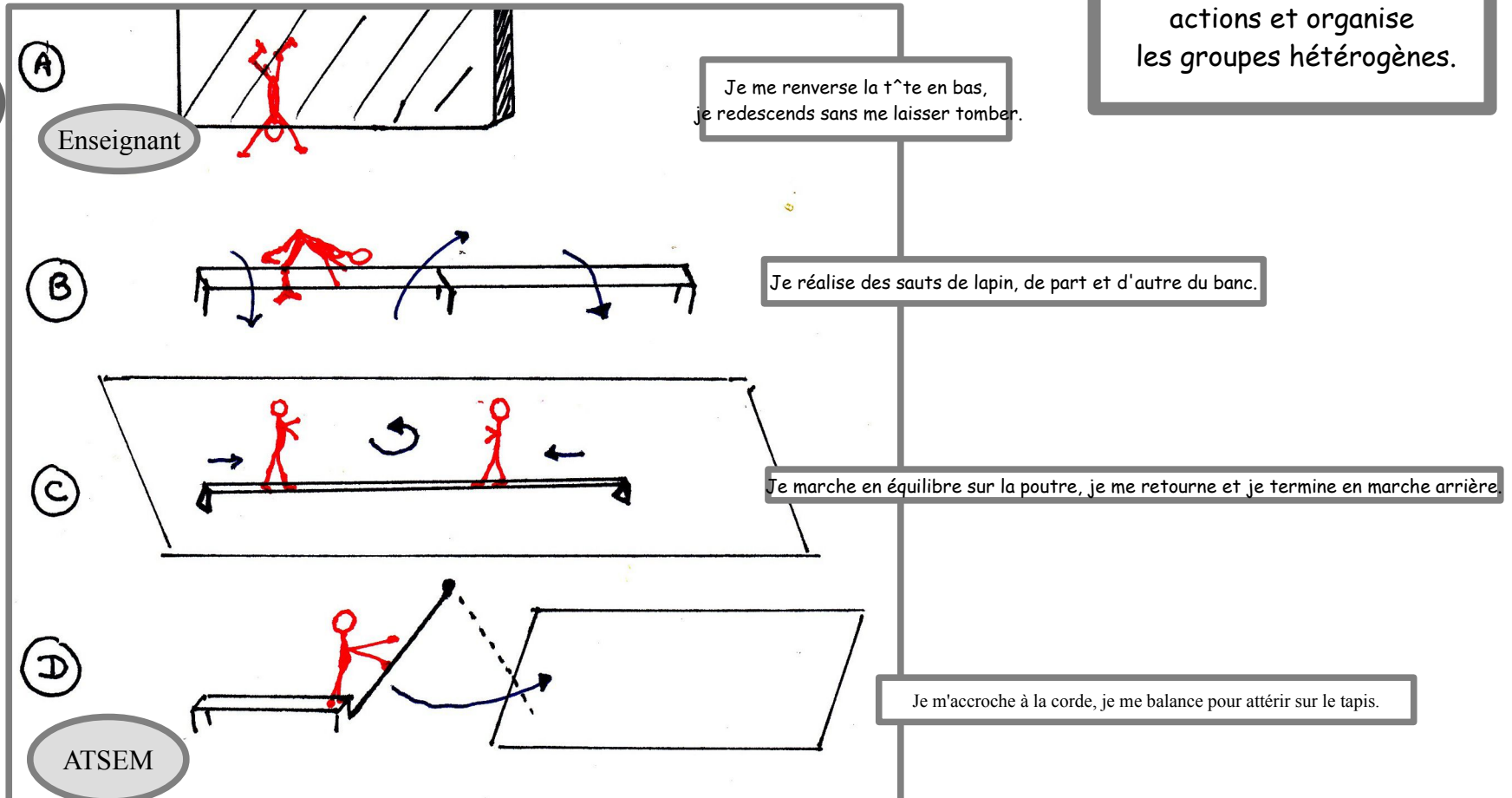
Matériel : tapis, bancs, poutre, corde.

Echauffement corporel :

des pieds à la tête, faire bouger les membres de différentes façons.

L'enseignant verbalise les actions et organise les groupes hétérogènes.

4 ateliers tournants



Retour au calme, assis en tailleur + comptines.