

# C'est bien moi !

## Comptine :

### Sur la pointe des pieds.

#### OBJ : Vivre la comptine

associer ses pensées et ses gestes. Développer sa maîtrise corporelle en enchaînant des actions précises. Par le jeu, mémoriser la comptine et être capable de la dire devant l'ensemble du groupe.

Sur la pointe des pieds,  
je cherche une cachette.

#### Chercher une cachette.

Problème à résoudre : où peut-on se cacher.  
Comment peut-on chercher ?  
( faire vivre les situations : doucement, joyeusement, discrètement...)

Sur la pointe des pieds,  
je cours dans ma maisonnette.

Sur la pointe des pieds,  
Je fais une pirouette !

#### Apprendre à faire une pirouette. Prise de conscience de la rotation du corps

Pirouette-ci,  
Pirouette-là,  
Pirouette  
et me voilà !

The image shows a musical score for the rhyme 'C'est bien moi !'. It consists of four staves of music in 2/4 time, with lyrics written below the notes. The lyrics are: 'Sur la point'des pieds je cherche u - ne ca- chet - te sur la point'des pieds je cours dans ma cham- brette - te. Sur la pointe des pieds je fais u - ne pi - rou ette! pi - rouette ci pirouette là pi - rouette et me voi - là!'

## Prolongement : jouer avec ses pieds

Pour cela, il faut se déchausser, enlever ses chaussettes, pour pouvoir observer ses pieds : dans le même temps, on nomme les différentes parties du pied.

La maîtresse propose ensuite de marcher sur la pointe des pieds, sur les talons, sur l'extérieur des pieds, sur l'intérieur des pieds.

Dans l'exercice suivant, on marchera, pieds nus, sur différents supports : mous, granuleux, piquants, glacés, chauds, duveteux, etc.

Ensuite, il est possible de proposer de marcher comme... une souris, un éléphant, une girafe (en se grandissant et en levant haut les jambes), les loups (mettre ses pieds dans les traces du précédent)...

Enfin, la maîtresse proposera un enchaînement de plusieurs actions motrices :

- marcher et faire un pirouette..
- marcher et s'accroupir
- marcher et se coucher
- marcher et sauter
- pirouette à droite, pirouette à gauche
- marcher, s'accroupir et sauter
- marcher, s'accroupir et se coucher

etc...

## Prolongement: codage des mouvements

→ Recherche collective

Sur la pointe des pieds : VVVV

Je cherche une cachette :



Je cours : .....

pirouette-ci, pirouette là :

