

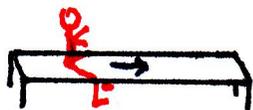
# Parcours pour enchaîner différentes actions sur les bancs: Semaine 21

## Adapter ses équilibres et ses déplacements à des contraintes variées.

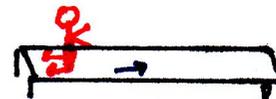
- Objectifs:**
- Agir dans l'espace en mobilisant ses repères sensoriels;
  - Découvrir des modes de déplacements variés ;
  - Enchaîner ses actions en fonction d'obstacles à franchir.

- Objectifs au sein du groupe classe :**
- écouter et respecter les consignes
  - respecter le tutorat MS/PS mis en place
  - les PS font par imitation des MS

Assis sur le banc, avancer avec le bassin.

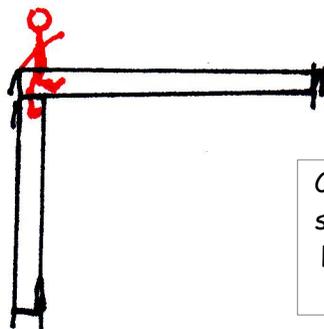


Plat ventre, se tracter avec les bras, jambes repliées.



Sur un banc bas, se déplacer à genoux, mains en l'air.

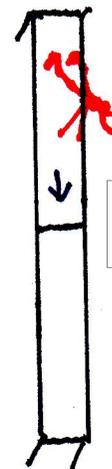
Avancer en équilibre sur le banc et prendre le virage sans aide.



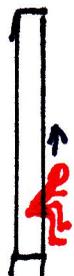
Couché sur le dos, se repousser avec les pieds jusqu'au bout du banc.



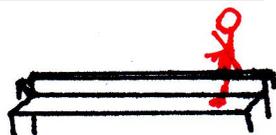
Sur des bancs larges, se déplacer sur les appuis pieds/mains.



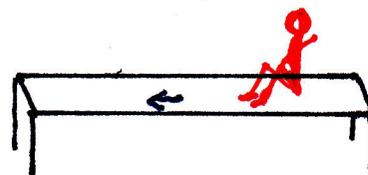
Assis sur le banc, mains en l'air, se translater avec les pieds.



Debout, un pied sur chaque banc posés dos à dos.



Assis sur le banc, se tirer vers l'avant avec les pieds.



# Parcours pour enchaîner différentes actions sur les bancs : Semaine 22

## Adapter ses équilibres et ses déplacements à des contraintes variées.

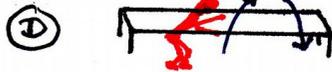
**Objectifs:** - Agir dans l'espace en mobilisant ses repères sensoriels;

- Découvrir des modes de déplacements variés ;
- Enchaîner ses actions en fonction d'obstacles à franchir.

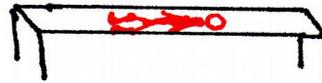
**Objectifs au sein du groupe classe :**

- écouter et respecter les consignes
- respecter le tutorat MS/PS mis en place
- les PS font par imitation des MS

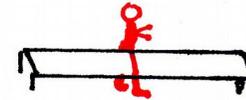
Saut de lapin (en appui sur les mains) par dessus le banc.



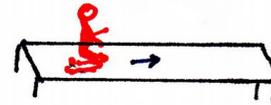
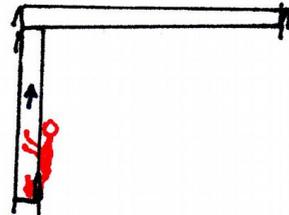
Se propulser avec les pieds, sans les mains



Marcher de part et d'autre du banc étroit.



Quadrupédie avec virage sur bancs étroits.



A genoux, dos droit

Debout sur le banc, faire quelques pas puis demi tour terminer en marche arrière.

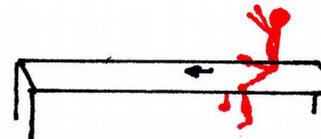
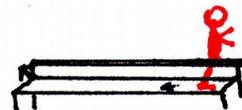


M

Mains et pieds sur les bancs disposés parallèlement



Marcher sur les banc accolés, un pied sur chaque banc : Marche arrière



Assis sur le banc, mains en l'air, Se propulser avec le bassin.

# Parcours pour enchaîner différentes actions sur les bancs : Semaine 23

## Adapter ses équilibres et ses déplacements à des contraintes variées.

- Objectifs:**
- Agir dans l'espace en mobilisant ses repères sensoriels;
  - Découvrir des modes de déplacements variés ;
  - Enchaîner ses actions en fonction d'obstacles à franchir.

**Objectifs au sein du groupe classe :**

- écouter et respecter les consignes
- respecter le tutorat MS/PS mis en place
- les PS font par imitation des MS

Assis pieds en l'air, se tirer avec les bras jusqu'au bout du banc.



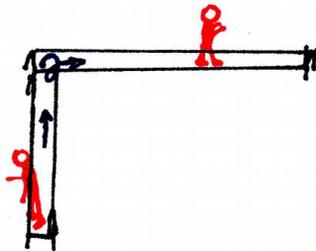
Sur le ventre, jambes repliées, se direr avec les mains au sol.



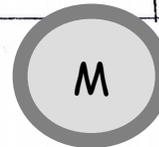
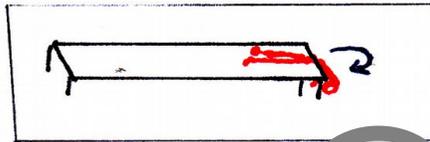
Assis, un pied sur le banc, un pied au sol coordonner les deux jambes pour avancer



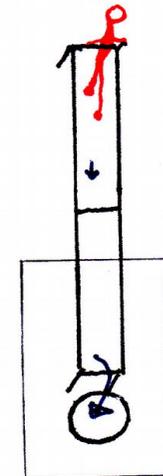
Départ en marche arrière sur petit banc, faire demi-tour au croisement, repartir en avant.



A plat ventre. Au bout du banc, réaliser une roulade



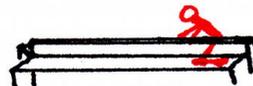
Monter sur un banc large, trotter et prendre une impulsion pour sauter pieds joints dans le cerceau. arrêt immobile.



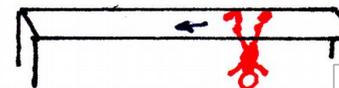
En appui sur 2 grands bancs Parallèles, se balancer pour Lancer ses jambes vers l'avant le plus loin possible.



En appui sur les dossiers de 2 bancs accolés, se tracter avec les bras.



Pieds sur le banc, jambes et buste tendus, coordonner mains et pieds pour avancer



# Parcours pour approcher différentes figures acrobatiques avec les bancs: Semaine 24

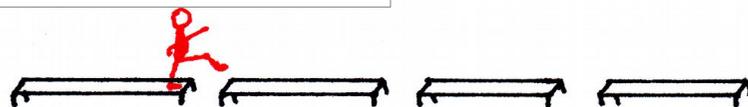
## Adapter ses équilibres et ses déplacements à des contraintes variées.

- Objectifs:**
- Agir dans l'espace en mobilisant ses repères sensoriels;
  - Découvrir des modes de déplacements variés ;
  - Enchaîner ses actions en fonction d'obstacles à franchir.

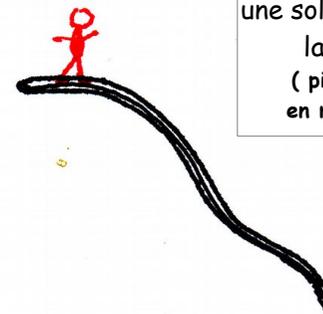
### Objectifs au sein du groupe classe :

- écouter et respecter les consignes
- respecter le tutorat MS/PS mis en place
- les PS font par imitation des MS

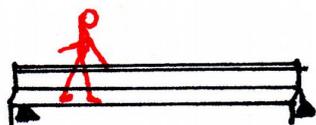
Marcher sur les bancs larges  
et sauter pour franchir les vides.



J'essaie de trouver  
une solution pour passer sur  
la poutre très fine.  
( pieds perpendiculaires,  
en marchant très vite...)



Poser les mains sur les dossiers de 2  
Bancs dos à dos, et enjamber  
pour passer d'un banc à l'autre.



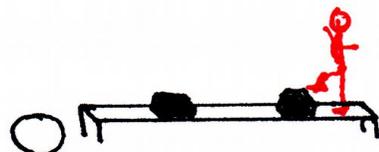
Par deux, se faire face  
et trouver une solution  
pour se croiser sans  
tomber



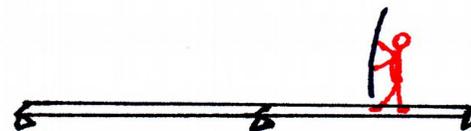
Entraînement :  
sauts de lapin,  
Lever le buste et  
les jambes de plus en  
plus haut



Marcher sur le banc étroit et enjamber  
les caissettes, sauter dans le cerceau en équilibre.



Marcher sur les bancs suédois en s'aidant d'une grande barre.



# Parcours pour approcher différentes figures acrobatiques avec les bancs: Semaine 25

## Adapter ses équilibres et ses déplacements à des contraintes variées.

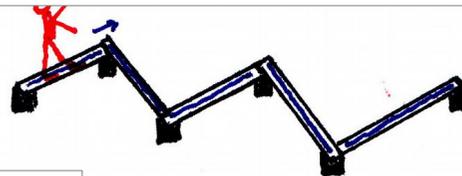
- Objectifs:**
- Agir dans l'espace en mobilisant ses repères sensoriels;
  - Découvrir des modes de déplacements variés ;
  - Enchaîner ses actions en fonction d'obstacles à franchir.

**Objectifs au sein du groupe classe :**

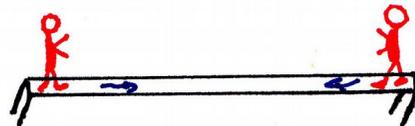
- écouter et respecter les consignes
- respecter le tutorat MS/PS mis en place
- les PS font par imitation des MS

Marcher sur les rivières bleues surélevées  
et faire plusieurs demi-tours..

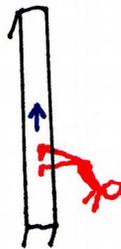
D



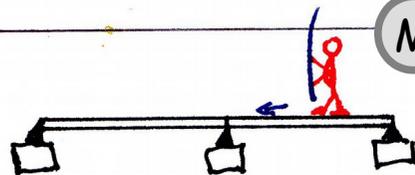
Marcher face à face sur des  
bancs étroits, et se  
croiser sans tomber.



Entraînement :  
pieds sur le banc,  
jambes et buste  
tendus,  
Coordonner mains et  
pieds pour avancer.

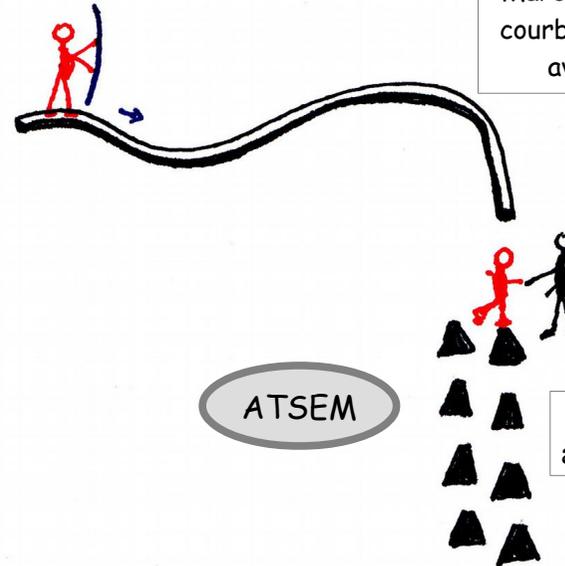


M



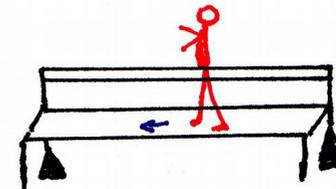
Marcher en équilibre sur les bancs suédoits réhaussés.

Marcher sur la poutre  
courbe en s'équilibrant  
avec une barre.



ATSEM

Passer d'un plot  
à l'autre avec l'aide d'un adulte..



S'équilibrer sur un banc  
incliné latéralement.

# Parcours pour enchaîner différentes figures acrobatiques sur les bancs : Semaine 26

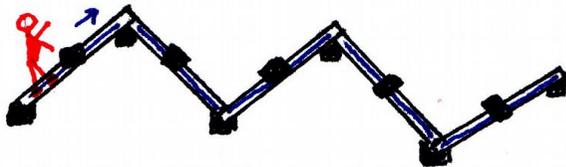
## Adapter ses équilibres et ses déplacements à des contraintes variées.

- Objectifs:**
- Agir dans l'espace en mobilisant ses repères sensoriels;
  - Découvrir des modes de déplacements variés ;
  - Enchaîner ses actions en fonction d'obstacles à franchir.

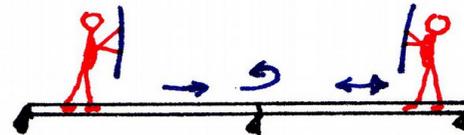
### Objectifs au sein du groupe classe :

- écouter et respecter les consignes
- respecter le tutorat MS/PS mis en place
- les PS font par imitation des MS

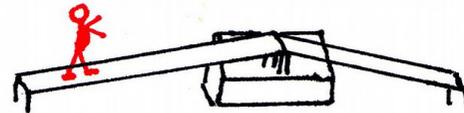
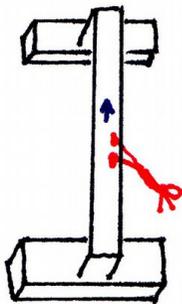
Je marche sur les rivières surélevées et j'enjambe les caissettes.



Face à face, marcher sur les bancs suédois et trouver le moyen de se croiser sans tomber.

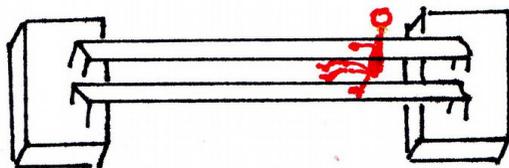
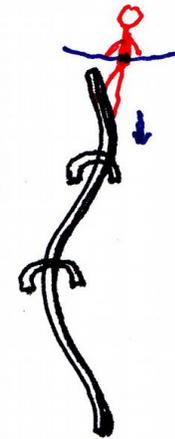


Entraînement :  
pieds sur le banc,  
jambes et buste  
tendus,  
Coordonner mains et  
pieds pour avancer.

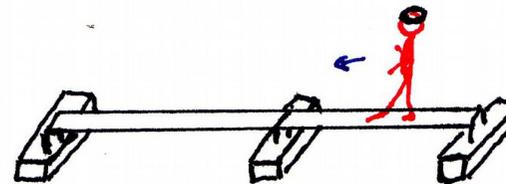


Je m'équilibre sur des bancs en pente.

Je marche sur la poutre courbe en m'équilibrant avec la barre.  
J'enjambe des obstacles.



En appui sur 2 bancs surélevés,  
je me déplace en balançant les jambes.



Je marche sur un banc étroit surélevé,  
avec un objet en équilibre sur la tête.