

La marche des animaux



Il s'agit de développer son équilibre en se déplaçant sur des supports hauts, étroits et instables. Ces différentes activités ludiques visent à conduire l'enfant à prendre confiance en lui, à oser prendre des risques et à maîtriser son équilibre dans de multiples situations.

1 – Les fauves en scène

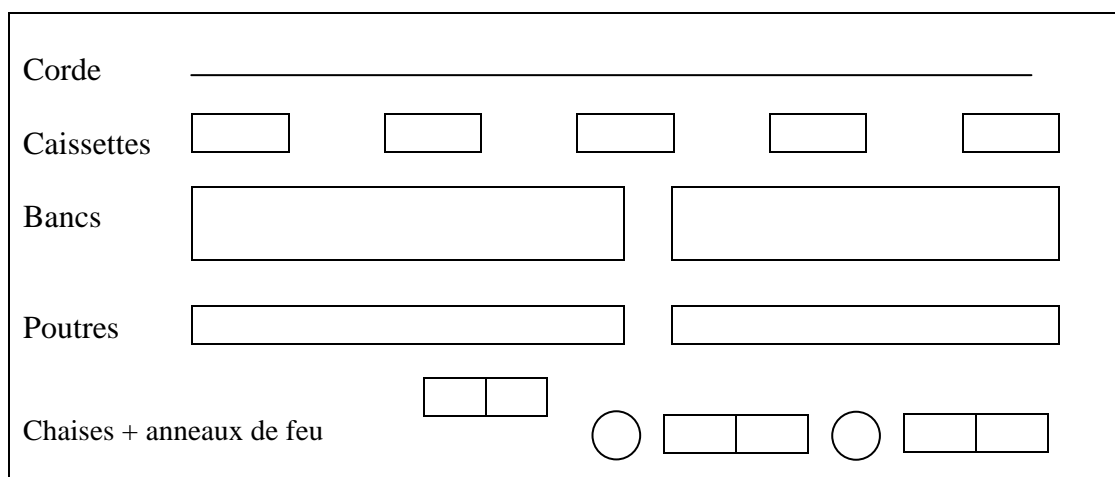
Objectif

- Développer son équilibre et son habileté motrice.

Compétences (Etre capable de) :

- Prendre des risques,
- Adapter ses gestes aux supports.

Proposer 5 trajets d'équilibre encadrés d'une entrée (plot) et d'une sortie (tapis) :



Variantes :

- Donner à la corde une trajectoire sinueuse
- Laisser entre chaque caissette 1 espace de plus en plus grand,
- Traverser en tenant un objet de plus en plus encombrant,
- Se déplacer de différentes façons (sur le côté, en marchant en avant, en arrière, en sautillant...),
- Se déplacer en donnant la main à un ou deux copains,
- Varier les passages dans les anneaux (sauter, franchir la tête en avant, les pieds en 1^{er} ...).

2 – La marche des éléphants



Objectifs

- Développer une stratégie,
- Se déplacer sur un support inhabituelle et instable.

Compétences (Etre capable de) :

- Chercher son équilibre,
- Développer sa coordination motrice et tenir compte des obstacles.

Proposer à chaque enfant une paire d'échasse « pattes d'éléphant » : cylindres en plastique à ficelles.

- **Monter** sur les échasses et trouver son équilibre (en mettant son pied au milieu du plot). Puis proposer aux enfants de tenir les ficelles.

- **Se déplacer** : demander aux enfants de marcher avec les échasses. Phase de tâtonnement : les enfants expérimentent, cherchent leur équilibre et la technique pour rester sur les échasses sans tomber (tirer les ficelles).

Pendant plusieurs séances, demander aux enfants de se déplacer librement pour s'entraîner.

- **Attention aux obstacles** : proposer, à ceux qui maîtrisent leur équilibre et la technique des échasses, des parcours à obstacles :

- passer entre des plots, puis de plus en plus resserrés,
- passer au-dessus de caissettes,
- passer entre des plots et au-dessus des caissettes (alterner).

- **La danse des éléphants** : proposer aux enfants de danser avec leurs échasses sur des musiques lentes puis de plus en plus rapides.

Envisager une chorégraphie.

3 – Vélo



Donner à chaque enfant un vélo. Laisser 1 ou 2 séances aux enfants afin de manipuler et trouver la technique de progression. En profiter pour évaluer les éventuels pré-requis et établir des groupes de besoins :

Découverte de l'engin	Manque de coordination	Maîtrise de l'engin
<ul style="list-style-type: none">- Comprendre le fonctionnement du vélo,- Acquérir l'équilibre,- Lever les pieds sans avoir peur de tomber,- Apprendre à pédaler ...	<ul style="list-style-type: none">- Apprendre à se diriger,- Coordonner pédaler et s'orienter- Prendre de la vitesse ...	<ul style="list-style-type: none">- Apprendre à se lever en pédalant- Lâcher le guidon quelques secondes,- Pédaler en arrière ...

Quand le groupe est homogène, proposer différentes activités :

- suivre une piste (tracer à la craie),
- passer entre des plots de plus en plus serrés,
- faire des courses,
- attraper des objets posés au sol,
- lâcher le guidon pour saluer le public ...

Bilan :