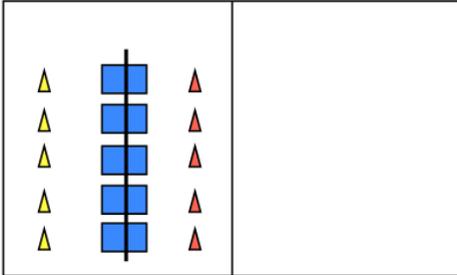
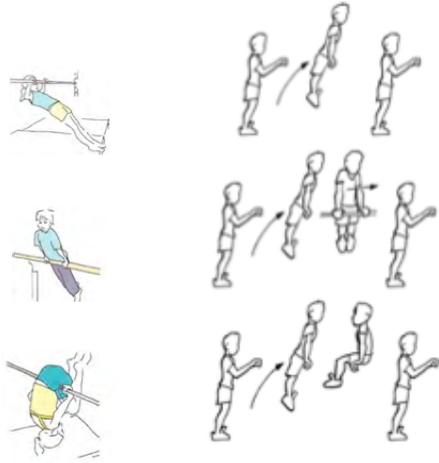
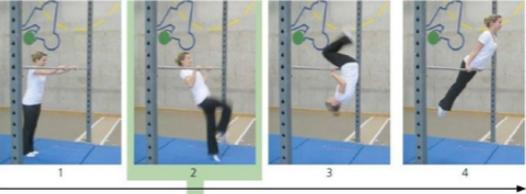
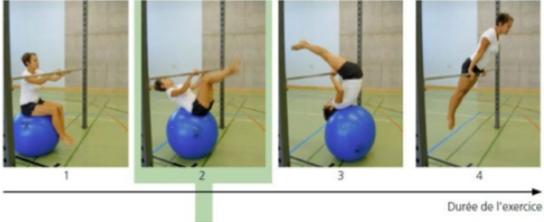
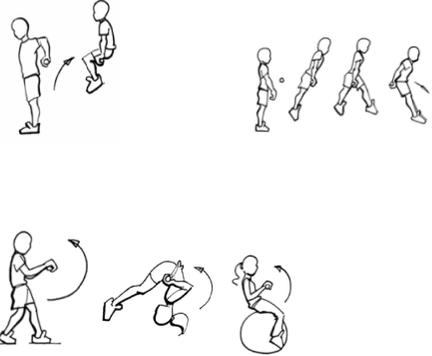


<b>Classe :</b> Aubonne et environs	<b>Durée :</b> 2 périodes	<b>Lieu :</b> Chêne et Pré-Baulan
<b>Thèmes et intentions :</b> CM23/6.14- CM23/5.26		
<b>Ressources :</b> Fiche EPS 6-8 ans: 17,18, 35 et 8-10 ans: 19,33,35,36,37/ Manuel 3, brochure 3, page 9/ Manuel orange: 3 -4 P p.104 à 107 et 5-6P p.104 à 110		

Objectifs: sauter en hauteur	Matière	Organisation / contrôle
<p><b>Echauffement</b> <b><u>1ère partie :</u></b></p> <p><b><u>2ème partie :</u></b></p>	<p><b>1/ Mise en place:</b> sortir les 5 barres, 10 tapis, 10 cônes</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Courir autour des tapis et s’asseoir à 4 sur un tapis.</li> <li>-Porter à 4 les 5 tapis sans se rentrer dedans et les poser . Idem avec les 5 autres / ou/ courses d’estafettes.</li> <li>-Se rendre vers les barres: porter à 4, diverses consignes. EMT/MT</li> <li>-Montrer comment mettre une barre, concours de mise en place.</li> </ul> <p><b>Installer 3 autres postes à choix</b></p> <p><b>2/ Partie principale: basiques</b> Travail par vague: démonstration, assurage, passage et aller aux postes.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Se tenir</li> <li>-Se mettre en appui</li> <li>-Tourner en avant, variante tendue</li> <li>-S’établir à l’appui, s’asseoir.</li> <li>-Sauter en arrière, s’asseoir</li> </ul>	 

Objectifs	Matière	Organisation / contrôle
<p><b>3ème partie :</b></p> 	<p>-S'établir à l'appui, passer les jambes, sortir</p> <p><b>3/ Montée du ventre ou s'établir au siège sur une cuisse en crochant un jarret</b></p> <p>Travail par vague: démonstration, assurance, passage et aller aux postes.</p> <p>Analyse simplifiée de la montée du ventre:</p>  <p>Durée de l'exercice</p> <p>Analyse simplifiée du mouvement pour la montée du ventre avec aide d'un swissball:</p>  <p>Durée de l'exercice</p>	

Objectifs	Matière	Organisation / contrôle
Tour d'appui avant		<p>CM23/5.26</p> <p>Tourner en avant à la barre fixe...</p> <p>E R: avec aide BR: seul TBR: seul en se réceptionnant en douceur sur les pieds</p>
Tour d'appui arrière		<p>CM23/6.14</p> <p>Enjamber une barre fixe à hauteur de poitrine en appui...</p> <p>E R: en partant d'un couverte de saison BR: avec aide TBR: seul</p>
Sortie filée		
Montée du ventre		
S'établir à l'appui latéral à cheval		
Autre		

Leçon agrès

Olivier GRIVEL  
Christophe DUFAUX