

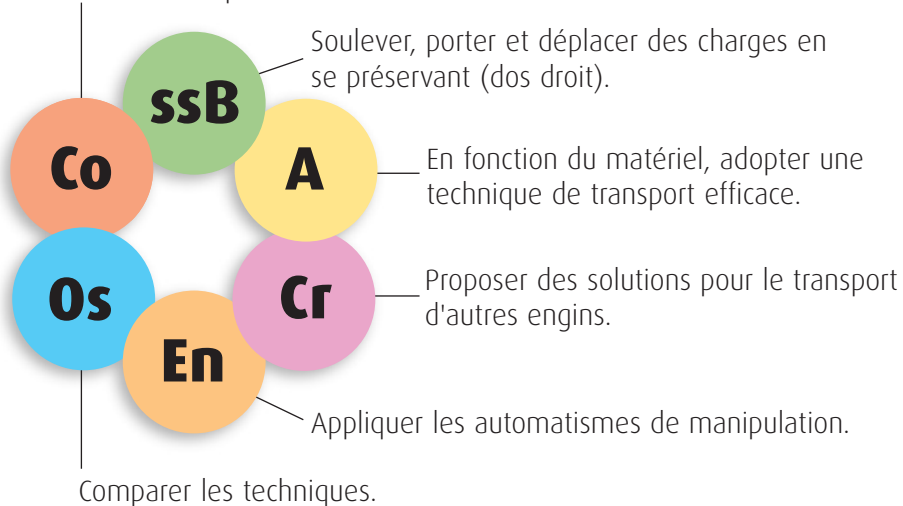
Installer et ranger des engins

Tester diverses techniques de transport

6-8 ans



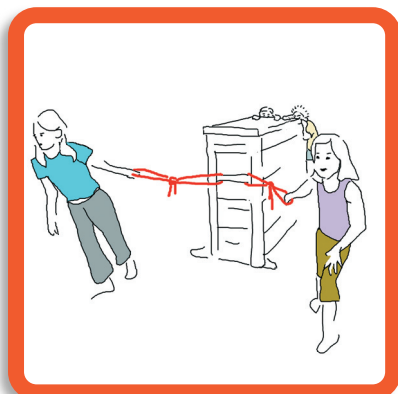
Assumer sa part de travail.



15

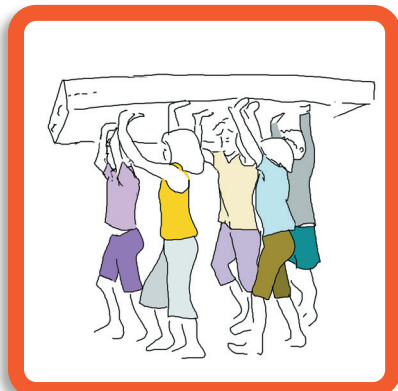
Installer et ranger des engins

SE MAINTENIR EN ÉQUILIBRE - GRIMPER - TOURNER (p. 3)



Pousse depuis l'arrière ou tire en te tenant éloigné!

L'appréhension de manipuler du gros matériel donne-t-elle des pistes?



Ensemble, c'est mieux!

Les élèves sont-ils tous actifs?
Collaborent-ils efficacement?



Collabore avec tes camarades et ton enseignant!

Modifient-ils les manipulations (roulettes, bancs) et leurs déplacements en fonction de l'organisation?

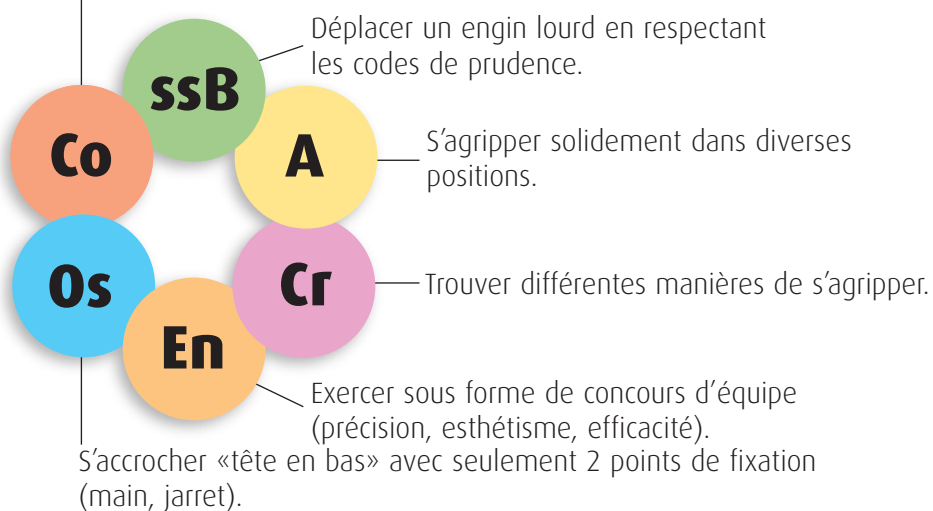
Aux barres parallèles

Unir ses forces pour réussir ensemble

6-8 ans



Agir ensemble en respectant les différences.



16

Aux barres parallèles

SE MAINTENIR EN ÉQUILIBRE - GRIMPER - TOURNER (p. 3, 14, 30)



Par groupe de 4-8, déplacez votre «bus»!

Chacun se positionne-t-il judicieusement = pieds éloignés des socles et poussée (ou traction) efficace?

Le groupe amène-t-il le bus à destination en suivant un itinéraire prédéfini?



Au signal: perchez-vous!

Après 10 secondes, tout le groupe est-il en place (aucun contact avec le sol)?

Les plus adroits ont-ils aidé leurs camarades à s'installer en premier?



À tour de rôle: passez sous le tunnel puis asseyez-vous à califourchon!

Afin de laisser la place en tête, les élèves assis reculent-ils en veillant à ne pas bousculer le dernier de la file?

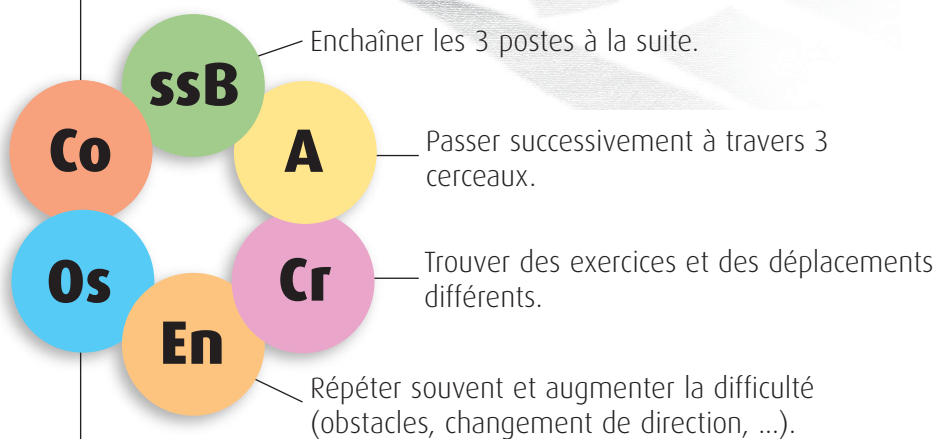
Marcher sur la poutrelle

Acquérir des habiletés sur un agrès

6-8 ans



Effectuer l'exercice à 2 en tenant une corde.



Tenter le défi de traverser le cerceau sans l'aide des mains.

17

Marcher sur la poutrelle

SE MAINTENIR EN ÉQUILIBRE - GRIMPER - TOURNER (p. 5)



Traverse le banc en marchant en avant et en arrière!

L'élève se tient-il bien droit?
Porte-t-il son regard vers l'avant?



Traverse en franchissant les blocs de bois!

Est-il capable d'effectuer l'exercice en posant la plante des pieds?



Traverse en passant dans le cerceau!

Parvient-il à se relever, effectuer un 1/2 tour et passer une 2^e fois?

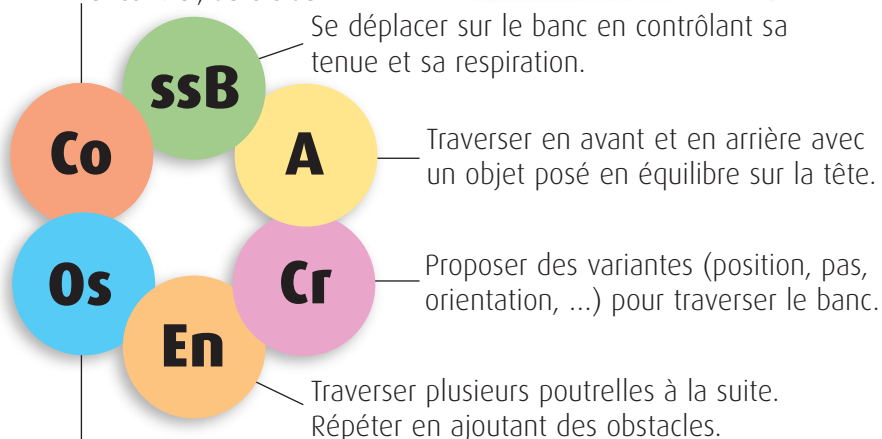
Sur une poutrelle instable

Exercer son équilibre en variant les difficultés

6-8 ans



Par 2 sur une poutrelle: aider son partenaire, se rencontrer, se croiser.

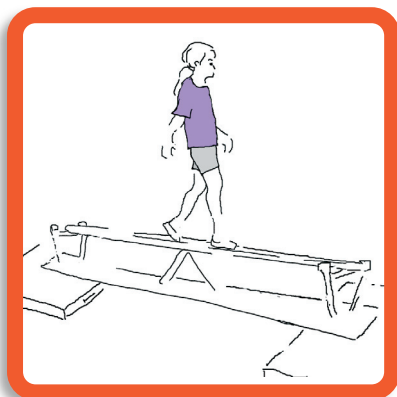


Demander de l'aide (si nécessaire) et oser traverser les yeux fermés.

18

Sur une poutrelle instable

SE MAINTENIR EN ÉQUILIBRE - GRIMPER - TURNER (p. 8)



Traverse la poutrelle en avant puis en arrière!

À chaque pas, l'élève pose-t-il bien toute la plante du pied?

Réussit-il sa traversée quand le banc est placé sur deux tapis*?

** Plus les tapis sont écartés, plus le banc bouge et plus l'exercice se complique!*



Déplace-toi sur une poutrelle instable sans perdre ton chapeau!

Peut-il effectuer un 1/2 tour et continuer en marche arrière?

Et en se déplaçant de côté?



Traverse en franchissant les obstacles!

Réussit-il sa traversée avec ou sans aide?

Peut-il croiser un camarade venant en sens inverse?

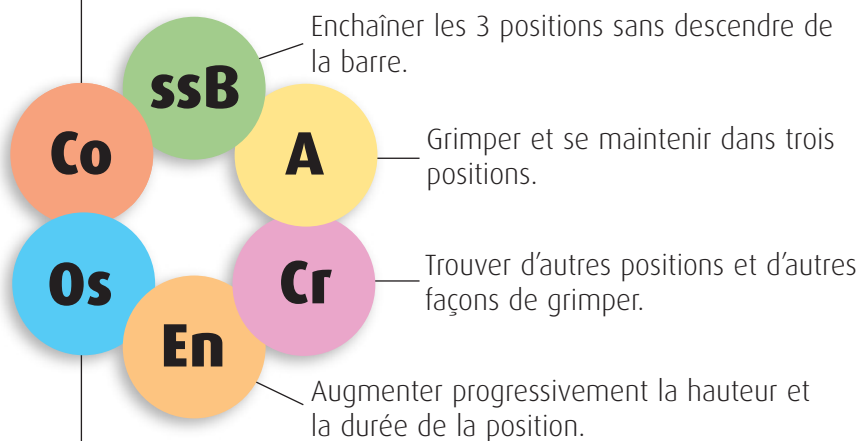
À une barre

Maîtriser diverses positions

6-8 ans



Aider, soutenir et surveiller son camarade.



Tenter les exercices avec le minimum d'aide.

19

À une barre

SE MAINTENIR EN ÉQUILIBRE - GRIMPER - TOURNER (p. 9)



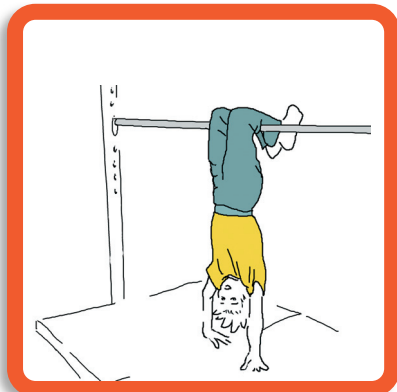
Saute à l'appui et reste stable !

Les bras, les jambes et le corps sont-ils tendus ?



Grimpe, assieds-toi et reste en équilibre !

Les jambes sont-elles serrées et tendues ?
L'élève ose-t-il lâcher les mains ?



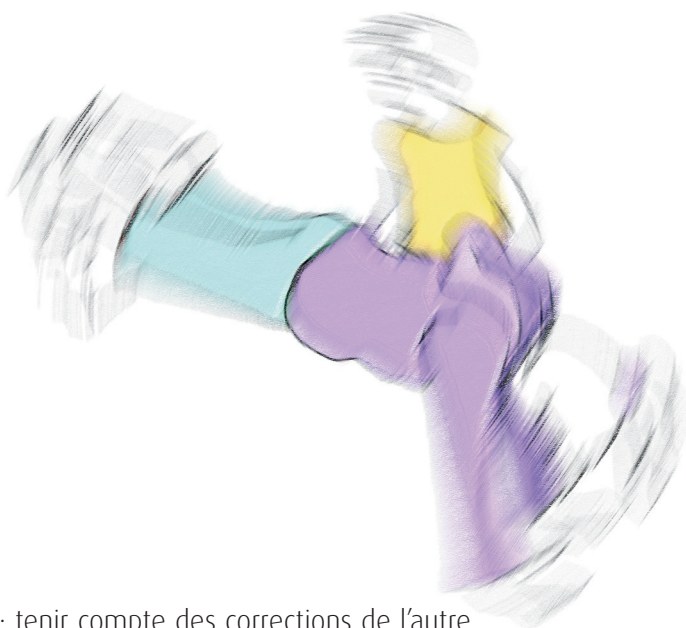
Suspends-toi par les jarrets !

L'angle des genoux est-il bien fermé ?
Le corps et les bras sont-ils déployés ?

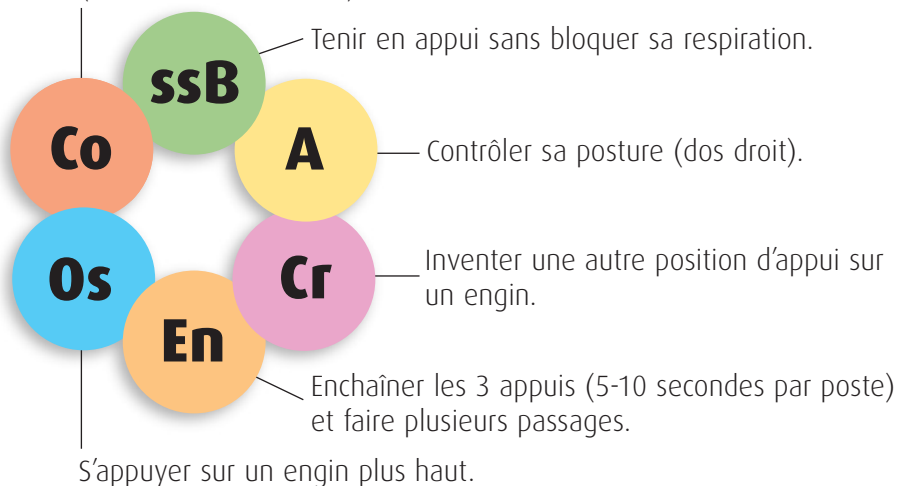
S'appuyer

Se tonifier

6-8 ans



Par 2: tenir compte des corrections de l'autre (dos droit, bras tendus).



20

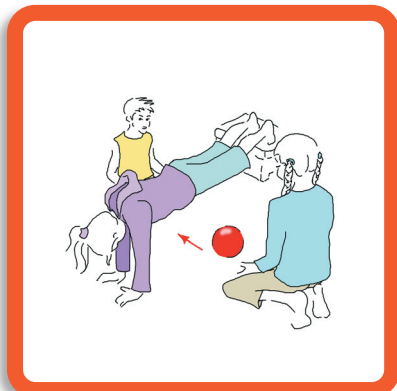
S'appuyer

SE MAINTENIR EN ÉQUILIBRE - GRIMPER - TOURNER (p. 9-11)



Les pieds surélevés: fais la planche!

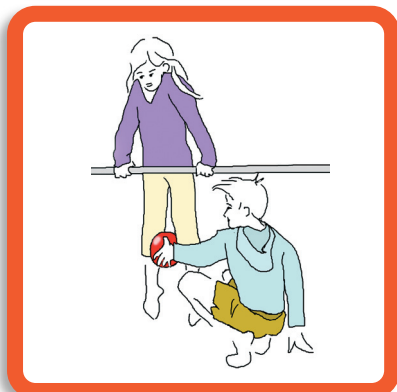
L'élève peut-il lever un talon puis l'autre en gardant le corps rigide?



Fais le pont pour qu'on puisse rouler la balle!

Se tient-il sans cambrer le dos?

Garde-t-il cette position pendant 10 passes de suite?



Tiens-toi en appui sans perdre ta balle!

Les bras et le corps sont-ils tendus?

Les genoux écrasent-ils la balle?

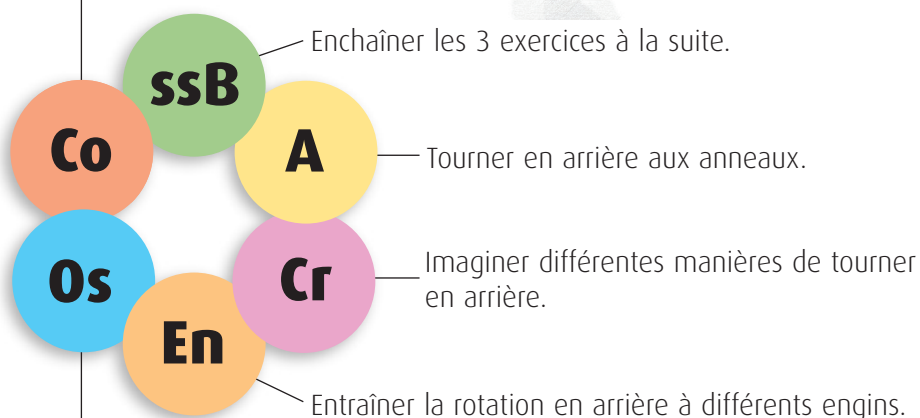
Tourner en arrière à différents engins

Découvrir diverses formes de rotations en arrière

6-8 ans



Accepter d'attendre son tour aux différents postes.



Tourner en arrière en gardant les yeux fermés.

21

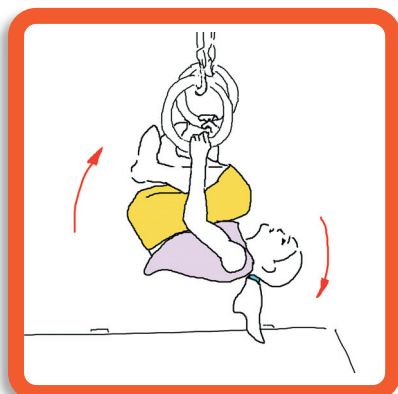
Tourner en arrière à différents engins

SE MAINTENIR EN ÉQUILIBRE - GRIMPER - TOURNER (p. 9, 19, 20)



De la position accroupie, tourne en arrière sur le plan incliné!

Les mains sont-elles placées en «oreilles de lapin»?



Aux anneaux à hauteur d'épaules, tourne en arrière en restant en boule!

Les genoux sont-ils soulevés vers la poitrine?



De la position assise sur la barre fixe, effectue une rotation en arrière!

La prise des mains est-elle sûre (pouce en opposition des doigts)?

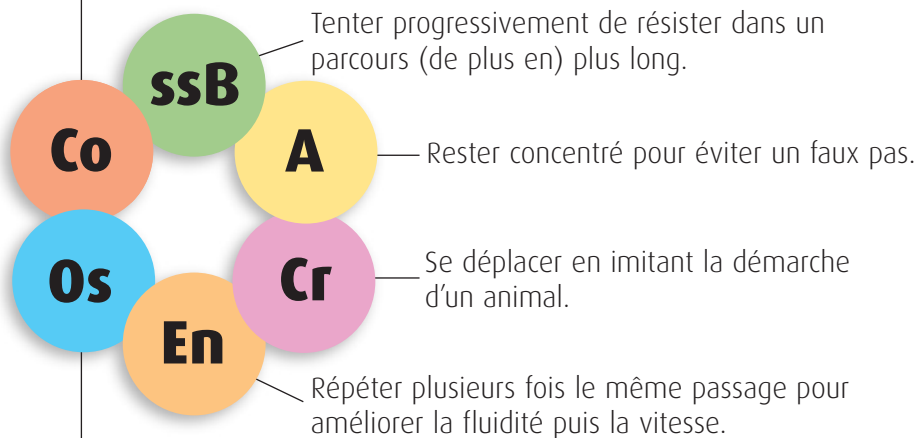
À quatre pattes

Renforcer le haut du corps en exerçant divers déplacements

6-8 ans



Accompagner et assurer un camarade.

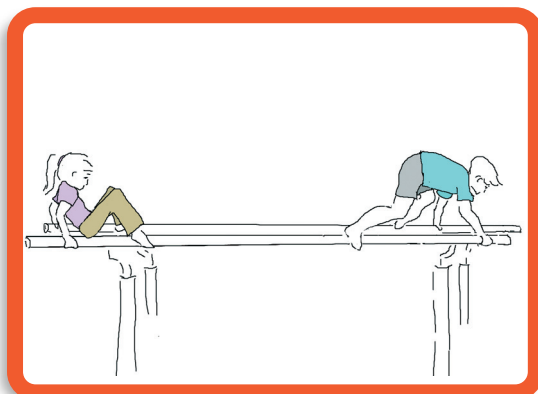


Augmenter les hauteurs et les distances.

22

À quatre pattes

SE MAINTENIR EN ÉQUILIBRE - GRIMPER - TOURNER (p. 10)



À 4 pattes: traverse les barres en avant, en arrière, de côté!

L'élève place-t-il solidement ses appuis (ses prises)?



Tente la montée puis la descente!

Ose-t-il se déplacer (en avant ou en arrière) avec les mains placées plus bas que les pieds?



Franchis les «précipices»!

Sait-il dans quel ordre déplacer ses appuis pour assurer sa sécurité?