

Histoire mimée et appui

Evaluation

1-2P

4. J'ai imité un personnage, un animal, un métier...



2. J'ai découvert et expérimenté le matériel suivant...



foulards ballons rubans
 cordes petits sacs

3P

1. J'ai déplacé correctement avec mes camarades...



un tapis de sol
 un banc
 un caisson

4P

11. J'ai tenu sur mes bras...



E R
 en montant mes pieds au 6^e échelon des escaliers
 10 secondes à l'appui facial
 à l'appui renversé depuis un caisson (avec aide) et j'ai roulé en avant

5P

CM21/5.9
 En appui facial, corps tendu, effectuer un cercle sur les mains...



E
R: pieds sur un tapis
BR: pieds sur un couvercle de caisson
TBR: pieds dans les anneaux, autour d'un tapis

CM23/6.6

Monter à l'appui renversé et tenir 3 secondes...

E
R: en s'aidant des escaliers
BR: avec l'aide de 2 camarades
TBR: seul contre un mur



6P

CM21/6.12
 En position d'appui facial, placer un sautoir sur son dos et le reprendre avec l'autre main, en gardant le corps droit comme une planche.



E
R: 4 x
BR: 6 x
TBR: 8 x

CM23/6.10

Tourner comme une roue...

E
R: avec appui des mains sur un couvercle de caisson
BR: avec 2 appuis sur une ligne (main-main)
TBR: avec les 4 appuis (main-main-pied-pied) sur une ligne





CHAPITRE 1 : L'APPRENTI DE BATMAN



Le jeune Bruce Wayne suite à une terrible épreuve s'est fait la promesse de combattre le crime et de débarrasser la ville de Gotham City de ses gangsters.

Dès l'âge de 14 ans, Bruce Wayne commença à parcourir la terre. Le ninja Kirigi lui enseigna les techniques du Ninjitsu, art martial japonais. Celui-ci lui appris une technique de camouflage : **une position tête en bas, le corps suspendu à une barre par les jambes, telle une chauve souris (1) ...**

D'ailleurs savez vous pourquoi son costume de super héros pour protéger son identité secrète est l'ombre noire d'une chauve souris sur un cercle jaune ? Dans son enfance alors qu'il se promenait sur le domaine familial, il tomba au fond d'un puit qui révéla l'entrée d'une grotte sur laquelle le manoir ancestral avait été bâti 150 ans plus tôt. La chute troubla le sommeil d'un groupe de chauve-souris qui s'envolèrent. Cette image le marqua profondément.

Après son voyage initiatique il retourna à Gotham City et devint le justicier Batman. Pour lutter contre les criminels de Gotham il eut l'aide d'un apprenti dénommé Robin. Robin s'est beaucoup entraîné dans la salle secrète du manoir pour avoir le niveau de Batman. **Echelon après echelon il a appris à tenir l'appui renversé (2) sur ses bras contre les murs, tête en bas.** *Faites comme lui...demandez toujours l'accord du maître Batman pour essayer des exercices plus acrobatiques.*

LA CHAUVE SOURIS



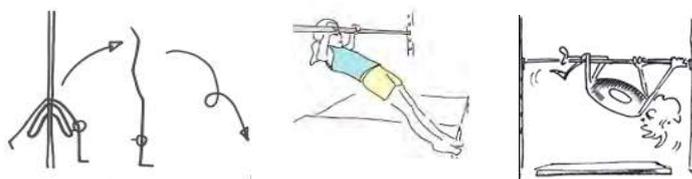
Activité



Matériel

- Reck
- 2 tapis

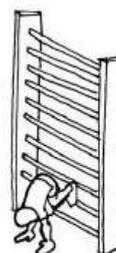
Variantes



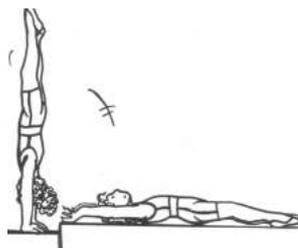
APPUI RENVERSÉ



Activité



Après validation par le maître





CHAPITRE 2 : RENCONTRE AVEC CATWOMAN

Au cours de ses périples, Batman rencontre une célèbre voleuse déguisée en chat : Catwoman.

Mais qui est-elle?



C'est la plus grande cambrioleuse que Gotham City ait jamais connu. Elle arrive sans cesse à déjouer Batman en prenant **appui sur les toits (1)** pour s'enfuir.

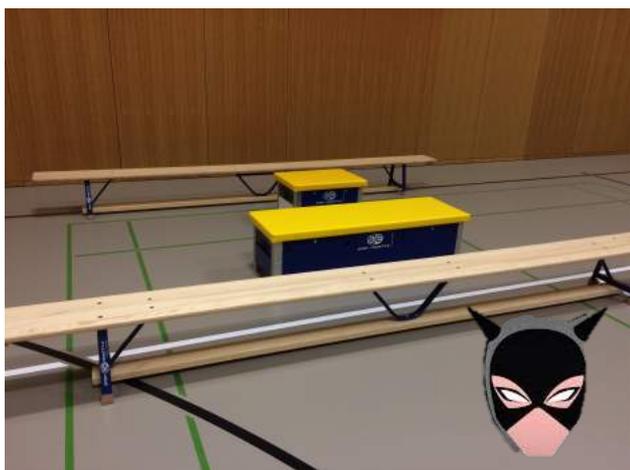
Batman n'a qu'une idée en tête: attraper Catwoman et la convaincre de rejoindre le bon côté de la barrière, afin de lutter contre le crime.

Il décide donc de s'entraîner comme elle, **en sautant par-dessus des obstacles en gardant bien les bras tendus (2)**.

Arrivera-t-il à l'attraper ? "

Suite au prochain épisode....

CATWOMAN

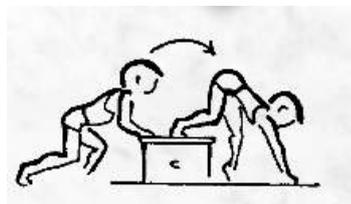


Matériel

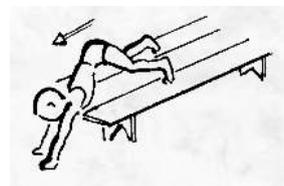
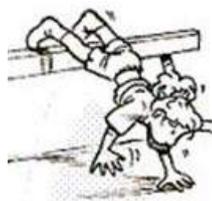
- Banc
- Deux éléments supérieurs de caisson

Activité

Traverser les précipices.



Variantes



SAUT AGILE



Matériel

- 2 bancs
- Balles posés sur anneaux
- Cerceaux

Activité



Variante





On aurait dit une nuit comme beaucoup d'autres à Gotham City, mais une bataille s'apprête à avoir lieu. Batman affrontera son ennemi juré : Joker.

Le Joker est connu pour être le maître du crime. Suite à une chute dans une cuve de déchets toxiques, il voit son aspect changer : sa peau blanchi, ses cheveux deviennent verts et ses lèvres rouge écarlate. Cette défiguration le rend fou !

Dans son laboratoire, le Joker est en train de synthétiser du poison car il veut polluer les réserves d'eau de Gotham City. Batman essaie de l'en empêcher et c'est ainsi que commence la poursuite. **Batman et le Joker *(1) se déplacent à quatre pattes d'un tuyau d'aération à l'autre*** en faisant bien attention à ne pas poser les pieds dans les piscines d'acide !

Tout comme Batman, Joker est très agile et franchi aisément tous les obstacles : ***(2) il glisse son ventre sur la conduite d'eau, il prend appuis sur ses bras (pièce droite) et il roule sur le tapis***.

Qui gagnera cette bataille ?

LE TUYAU D'AÉRATION

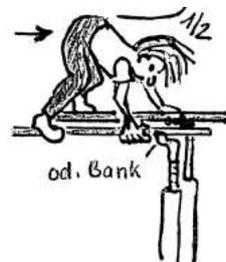


Matériel

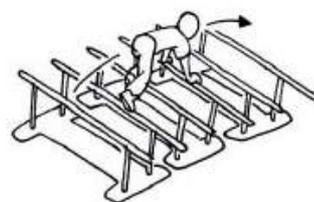
- 1 barre parallèle
- 1 tapis de 16cm
- 2 petits tapis

Activité

Traverser les barres parallèles en quadrupédie.



Variante



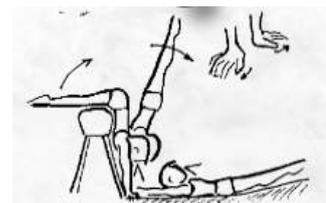
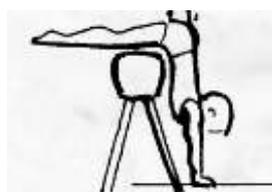
LA CONDUITE D'EAU



Matériel

- 1 mouton
- 1 tapis de 16 cm

Activité



Variante



CHAPITRE 4 : LA BATMOBILE



Batman peut compter sur l'aide d'Alfred, son fidèle majordome. Alfred est principalement le conseiller de Batman, mais il s'occupe également de lui procurer les gadgets dont il a besoin. Costume, masque, boomerangs... et Batmobile !

La Batmobile est un véhicule hors-norme très puissant et équipé de nombreux d'outils. Elle est capable de faire des sauts incroyables, traverser des murs, ***(1) monter des pentes raides et les descendre sans déraiper***.

La Batmobile est secrètement cachée dans le garage de Batman et ***(2a) seul des conducteurs experts ont le privilège de la conduire***. Comme il s'agit d'une voiture d'exception, également la manière d'y rentrer et sortir s'avère spéciale : il faut ***(2b) prendre appuis sur la Batmobile avec les bras et y sauter dedans et de même pour sortir***.

Prêt pour l'aventure ?

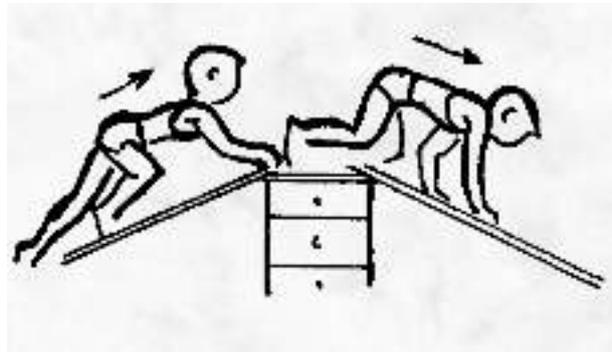
LA BATMOBILE



Matériel

- 1 caisson
- 2 bancs

Activité



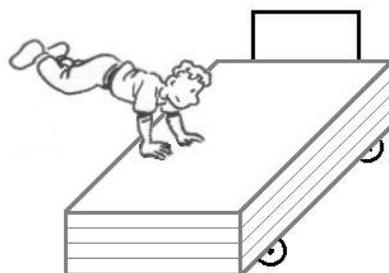
LA BATMOBILE EXPERTE



Matériel

- 1 chariot
- 1 tapis de 16 cm

Activité



Variante



