

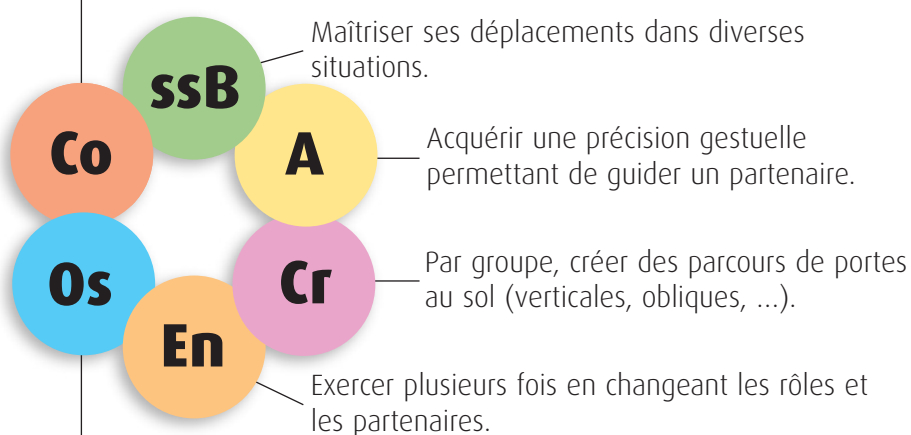
Avec des cannes suédoises

Améliorer sa motricité en jouant

6-8 ans



S'adapter à son partenaire pour lui permettre de réussir.



1

Avec des cannes suédoises

VIVRE SON CORPS - S'EXPRIMER - DANSER (p. 3)



Laisse-toi guider !

Les cannes restent-elles parallèles ?
Et quand le guide se trouve derrière ?



Traverse la salle puis transmets les cannes à un partenaire !

(Sous forme de relais par groupe de 3-5)

L'élève y arrive-t-il en poussant avec une seule canne ?

Et en transportant la 3^e canne posée sur les 2 autres ?



Passe entre les 2 cannes sans les toucher !

Le partenaire déplace-t-il les cannes dès que la «porte» est franchie ?

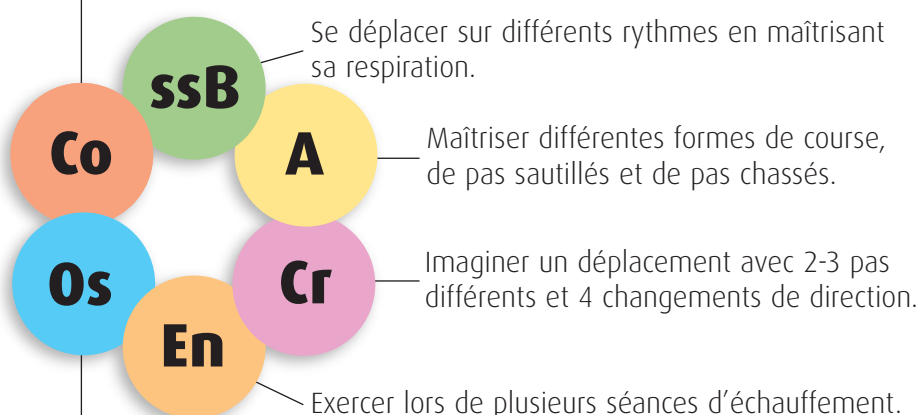
S'échauffer et s'orienter

Découvrir l'espace en variant les modes de déplacement

6-8 ans



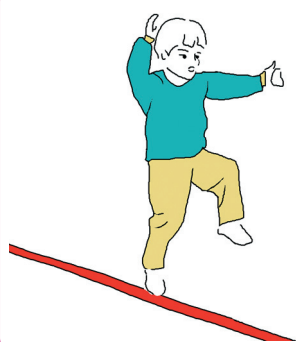
Par équipe de 4-6: se déplacer en changeant de direction et en restant groupés.



2

S'échauffer et s'orienter

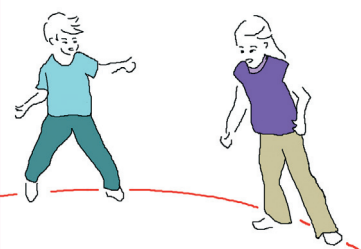
VIVRE SON CORPS - S'EXPRIMER - DANSER (p. 3, 10, 17)



Sautille en suivant les lignes de la salle!

L'élève enchaîne-t-il sans changer de rythme : pas sauté en avant/pas sauté en arrière?

S'élève-t-il à chaque impulsion?



Tourne autour d'un grand cercle en faisant des pas chassés!

Selon le signal, change-t-il rapidement de sens ou d'orientation?



Cours pour que ton chemin dessine une lettre géante sur le sol!

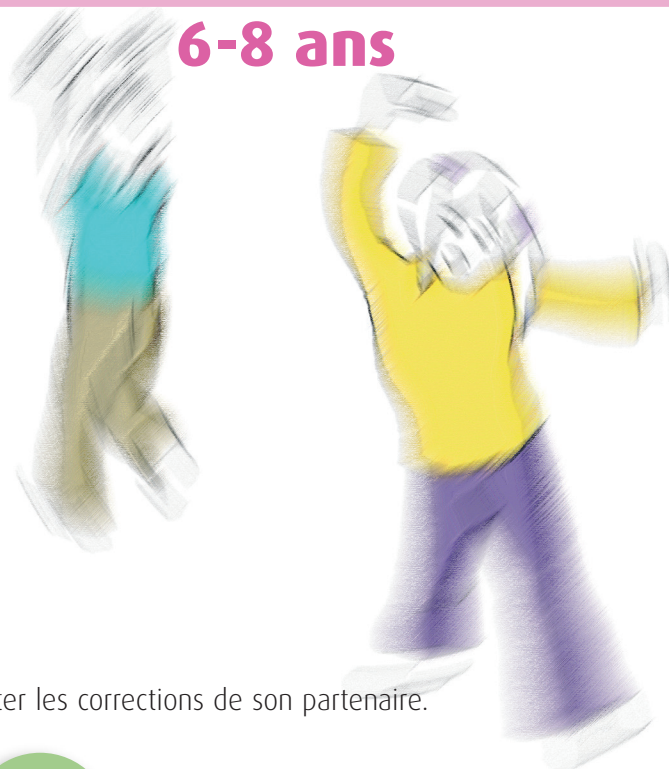
Dans un terrain rectangulaire, sait-il se placer (en marchant) au départ de la lettre?

Peut-il faire deviner une lettre (ou un mot) à son partenaire?

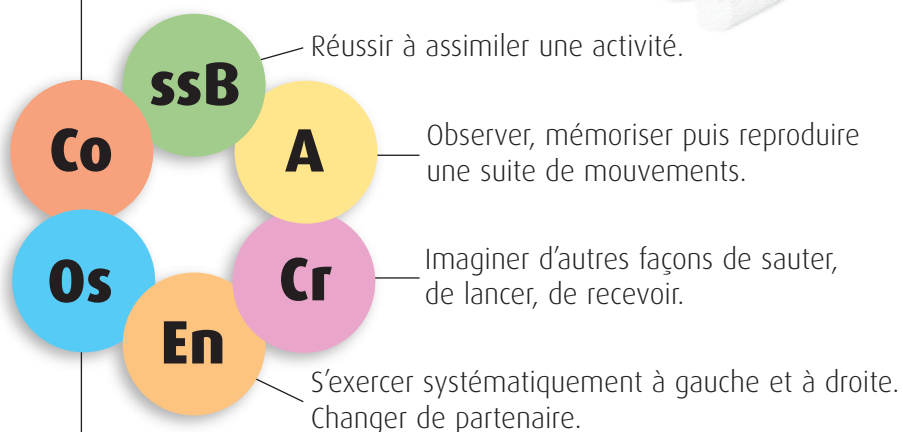
Observer et imiter

Reproduire avec précision diverses activités

6-8 ans



Accepter les corrections de son partenaire.



Démontrer un enchaînement à toute la classe.

3

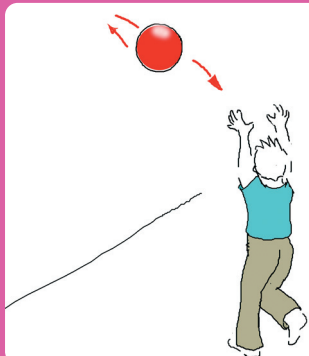
Observer et imiter

VIVRE SON CORPS - S'EXPRIMER - DANSER (p. 9)



Face à ton partenaire, mime tes premiers gestes du matin !

Les gestes sont-ils assez précis pour que le partenaire puisse les imiter et les faire deviner à un 3^e élève ?



Observe ton camarade puis lance ta balle contre le mur comme il vient de le faire !

Chacun trouve-t-il au moins 5 manières différentes de lancer (et de rattraper) sa balle contre le mur ?



Saute 6 fois de suite par-dessus 1 ou 2 cordes !

L'élève varie-t-il ses sauts (1 pied, pieds écartés, ...) et son positionnement (à côté, dedans, en se tournant, ...) ?

Peut-il reproduire plusieurs fois le même enchaînement ? Et en fermant les yeux ?

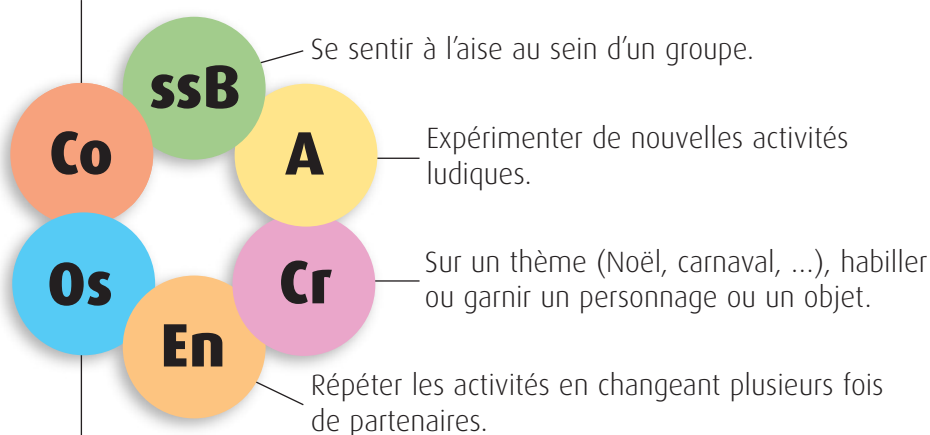
Jouer avec un drap (paréo)

Collaborer pour réussir

6-8 ans



Par 4: transporter un drap dans un parcours construit par le groupe.



Par 2: transporter un paréo et l'accrocher en haut des espaliers.

4

Jouer avec un drap (paréo)

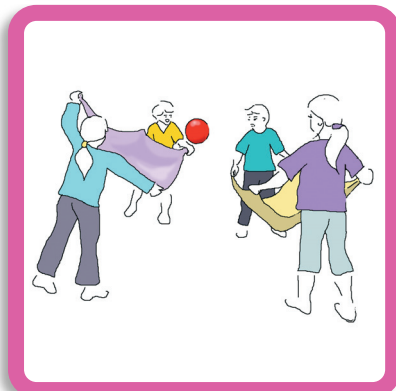
VIVRE SON CORPS - S'EXPRIMER - DANSER (p. 12)



Traversez les obstacles sans rien toucher !

Les partenaires se donnent-ils mutuellement des indications ?

Réussissent-ils leur parcours si l'un des 2 se déplace en reculant ?



Lancez-vous la balle d'un drap à l'autre !

Effectuent-ils au moins 6 passes à la suite ?

Les 2 équipes osent-elles s'éloigner de 3-4 mètres ?



Allez chercher un objet* à la fois pour habiller votre magicien !

** Paréos, foulards, pincettes, ...*

Les 4-6 membres de chaque équipe s'organisent-ils avant le démarrage du concours ?

Après 4 minutes: quel est le magicien le plus élégant ?

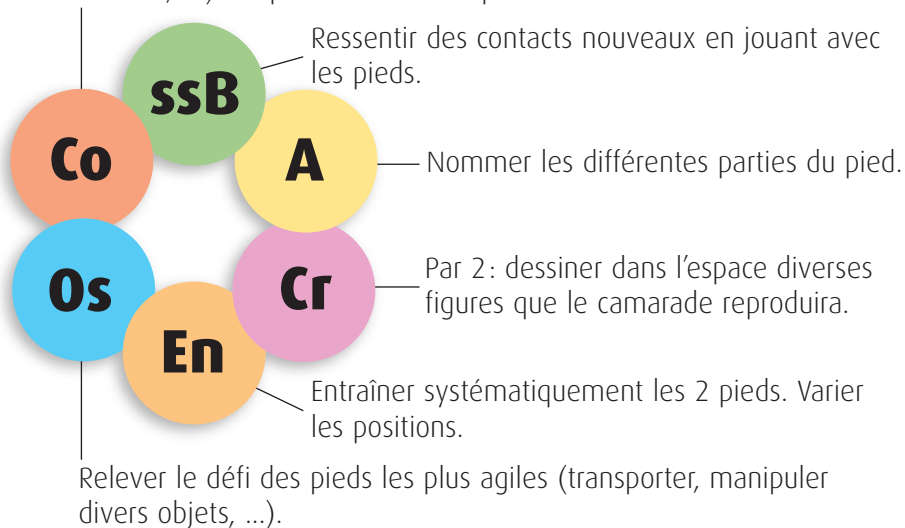
Jouer avec les pieds

Exercer la perception et la motricité

4-6 ans



Par groupe de 3-4: se transmettre un objet (papier, balle, anneau, ...) uniquement avec les pieds.



5

Jouer avec les pieds

VIVRE SON CORPS - S'EXPRIMER - DANSER (p. 7)



Avec tes pieds, ouvre et referme le journal !

L'élève y arrive-t-il si le journal est plié en 4 ?

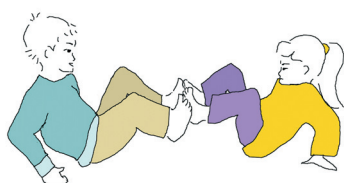
Réussit-il à tourner une page à la fois ?



Agrippe le foulard avec tes orteils pour le poser 4-5 m plus loin !

Y parvient-il dans diverses positions (à 4 pattes, assis, ...) ?

Et en tenant le foulard avec l'autre pied ?



Suis le mouvement du (ou des) pied(s) de ton partenaire en gardant le contact !

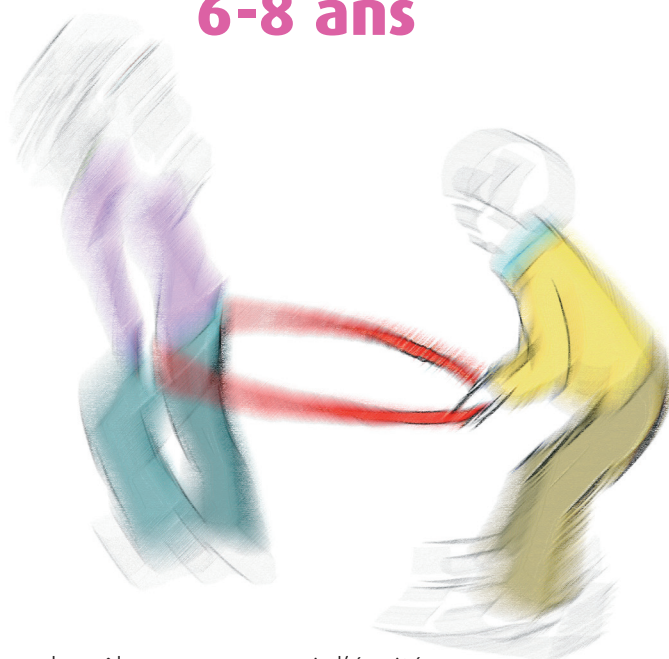
Les élèves gardent-ils le contact (plante-plante, cheville-talon, orteils-voûte, ...) pendant au moins 10 secondes ?

Et en fermant les yeux ?

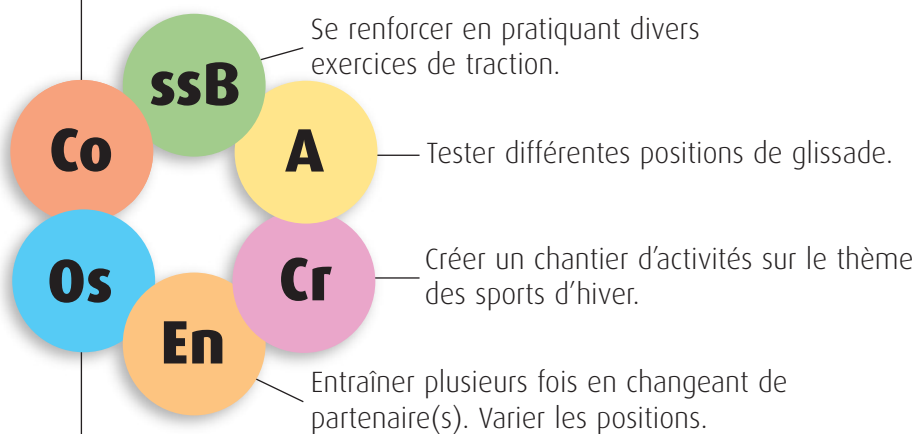
Glisser

Se renforcer en jouant

6-8 ans



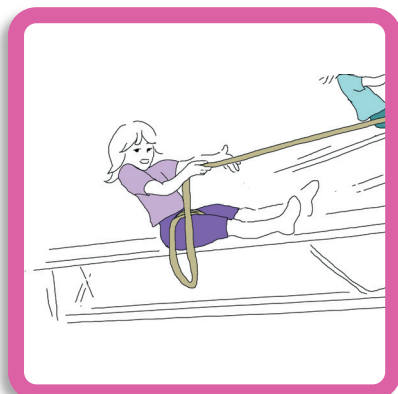
Changer les rôles avec un souci d'équité.



6

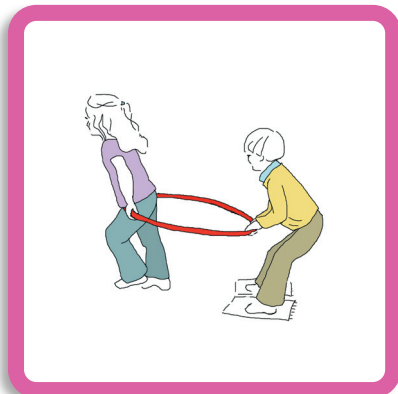
Glisser

VIVRE SON CORPS - S'EXPRIMER - DANSER (p. 16)



Utilise la corde pour remonter la pente à la force des bras !

L'élève arrive-t-il à traverser tout le banc ?
A-t-il choisi une inclinaison adaptée à ses capacités ?



Traverse toute la salle avec les 2 pieds sur les skis*!

**morceaux de moquette*

Le skieur signale-t-il à son partenaire qu'il est prêt au départ ?
Garde-t-il son équilibre (=genoux et coudes fléchis, poids du corps sur les talons) ?



Installe-toi sur le traîneau* et donne le départ à tes chevaux!

** couverture*

Le voyageur ose-t-il changer de position en cours de route ?

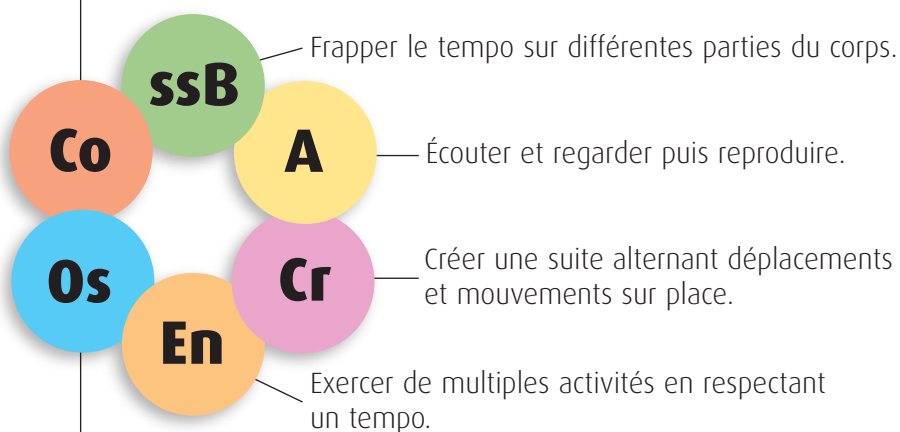
Se mouvoir en rythme

Reproduire des mouvements à un rythme donné

6-8 ans



Imiter son partenaire.



Reproduire une chorégraphie connue en gardant les yeux fermés.

7

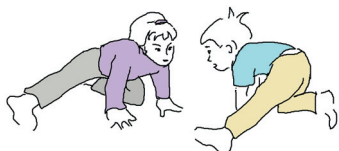
Se mouvoir en rythme

VIVRE SON CORPS - S'EXPRIMER - DANSER (p. 17-19)



Adapte ton déplacement au tempo de la musique !

L'élève respecte-t-il la vitesse (tempo) de la musique ?



Imite ce que te montre ton camarade !

Les démonstrations permettent-elles un travail en miroir ?



Reproduis le rythme proposé par le maître !

Les élèves font-ils les mêmes gestes et sur le bon rythme ?