

LA FAMILLE BALLON



R O U L E R



La famille Ballon

J'aimerais vous présenter la Famille Ballon :

Le papa et la maman, parents de 5 enfants :

- *Basket l'aîné : c'est un farceur*
- *Foot, provocateur, il taquine toujours de ses frères et sœurs*
- *Volley, la seule fille ; elle aime bien aider ses frères et résoudre les conflits*
- *Rugby : il est jaloux et envieux ; jamais content !*
- *Tennis, le cadet ; il est encore tout bébé et essaie de suivre tous ses frères et sœurs du mieux qu'il peut.*



Des ballons de chaque sorte sont répartis dans la salle. La maîtresse nomme les membres de la Famille Ballon ; les élèves vont les saluer. Entre deux « salutations », les élèves se déplacent dans toute la salle, de diverses manières : course, à 4 pattes, sans toucher les genoux, en rampant, en tournant dans le sens longitudinal, etc.



Rugby semble toujours mécontent et malheureux. Un jour, sa sœur Volley le prend sur les genoux et lui demande pourquoi il est si triste.

*Rugby explique qu'il se sent différent des autres membres de la famille. Pouvez-vous dire en **quoi** il est différent ?*

Il raconte que, comme tout le reste de la famille, il essaie de rouler mais que lui seul n'arrive pas. Il est jaloux et il a peur qu'on se moque de lui...Souvent, il se bat avec son frère Foot, qui n'arrête pas de le taquiner.



*Sa sœur lui explique alors que c'est normal qu'il ne puisse pas rouler ! Pouvez-vous dire **pourquoi** c'est normal ?*

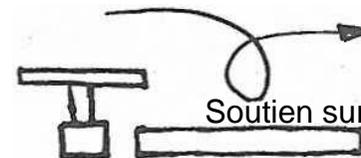
Elle le console en lui décrivant un peu la vie de ses frères et sœurs ... Tout n'est pas toujours drôle pour eux non plus!

« Va donc voir un peu sous les bancs ; tu remarqueras que tous les ballons supportent bien des choses ! »

Les images des membres de la famille sont collées sous les extrémités de 2 bancs suédois. 1x vers une maîtresse, puis librement.

Position à genoux au bout du banc suédois, mains posées sur le tapis de sol. Aller regarder l'image sous le banc. Poser la nuque sur le tapis et laisser rouler.

Matériel : 1 banc suédois, 1 tapis de sol, 1 image



Soutien sur la nuque/épaule ; accompagner le mouvement en aidant aux cuisses



Qu'avez-vous vu avec Basket ?

Et si on essayait, nous aussi de dribbler la balle par terre ?

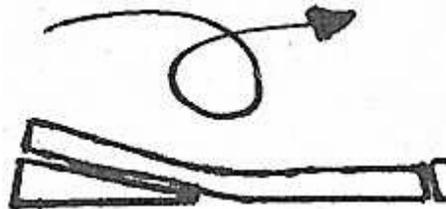


On va maintenant voir pourquoi Rugby roule moins bien que n'importe lequel de ses frères et sœurs.

Chacun vient rouler son ballon sur le plan incliné ; la maîtresse roule ensuite le ballon de rugby. Tous les ballons sont rangés dans la caisse puis les élèves vont rouler sur un plan incliné avec, puis sans aide.

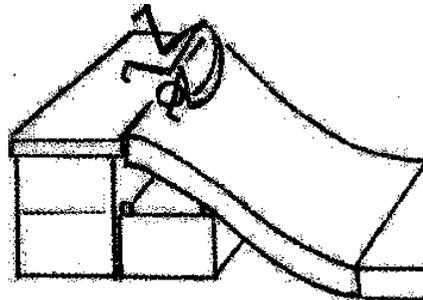


Quelle différence ???



Rouler sur un plan incliné

Tremplin Reuther, 2 tapis de sol



Éléments de caisson (2/1), tapis de réception



Volley propose ensuite à Rugby d'essayer de se mettre à sa place ... en prenant de bonnes grosses claques sur les joues !

Les élèves prennent un ballon et le frappent contre une paroi.

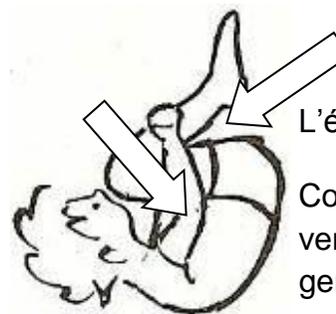


« Alors que toi, on te porte toujours délicatement ! »

Tous les ballons sont ensuite rapportés délicatement dans la caisse.

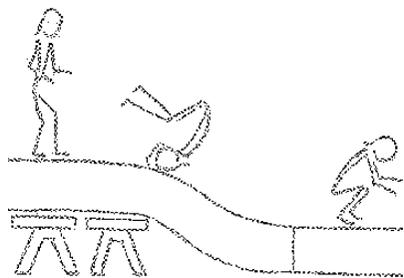
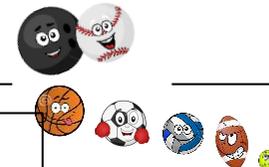
C'est alors que Tennis, qui vient de réussir son 1^{er} rouler de la vie vient chercher son frère Rugby pour lui montrer ses exploits.

Rugby, qui vient de comprendre qu'il ne pourra jamais rouler comme les autres, mais qu'il a d'autres avantages, accepte de suivre son petit frère. Tennis est tout fier de montrer à Rugby comment il a réussi à trouver le truc pour tourner.



L'élève reste en boule :

Coincer un paquet de mouchoirs entre le ventre et les cuisses et/ou derrière les genoux.

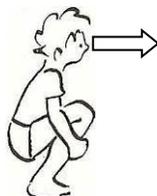


Rouler librement (en avant, en arrière et de côté) sur un plan incliné.
Matériel: 2 bancs suédois, tapis mousse.



Les genoux restent serrés :

⇒ Coincer un sautoir, ballon mousse, paquet mouchoir, coussinet, etc. entre les genoux.



L'élève se relève sans l'aide des mains :

- Regarder le mur en face ou le tapis suivant
- Se poster face au « rouleur » et lui présenter les mains pour l'aider à se relever

*Rugby est très content pour son petit frère. Il le félicite et court même annoncer la nouvelle à Foot !
Dès ce jour, Foot et Rugby ne se battent plus jamais et deviennent même les meilleurs compagnons de jeu !*





Soutenir la roulade avant



1 main au dos (omoplate) : soutenir la nuque

1 main sur le genou ou la jambe (cuisse ou tibia) : favoriser la rotation











