

Histoire mimée sur le thème des pingouins :

Objectif visé : l'élève sera capable de reconnaître les contraires à chacun des postes.

Durant la leçon chaque élève développera sa coordination motrice, son courage et sa musculation.

BIENVENUE SUR LA BANQUISE !

- 1 Se passer librement des boules de neige (divers ballons)
- 1 Course poursuite de la boule de neige : toucher les autres avec sa boule de neige (sans la lancer). Lorsqu'un élève est touché, il va chercher une boule de neige et change de rôle.
- 1 Sur la musique du « Pingouin du Pôle Nord » (Sautecroche), se promener sur la banquise en jouant librement avec sa boule de neige. Mais attention si elle tombe par terre, elle se casse... Rouler les boules de neige, l'échanger avec celle du copain.
- 1 Soudain, les pingouins arrivent ! (On joue avec l'imaginaire des enfants) Vite, posez les boules de neige et allons jouer avec eux. Slalomer entre les ballons en se déplaçant comme des pingouins.
- 1 Se mettre par couple vers une boule de neige, s'asseoir face à face avec les jambes écartées et se rouler le ballons. Idem à plat ventre.
- 1 Toujours assis et par deux, coincer la balle entre les chevilles et tenter de l'arracher.
- 1 Comme les pingouins avec leur œuf, tenter de bloquer la balle entre deux élèves et la ramener sans utiliser les mains.

DECOUVERTE DU MONDE DES PINGOUINS !

- 1 Poste chronomètre (course) : puzzle estafette Fait – défait



- 1 Igloo (renforcement) : Dedans – dehors



7 Transport de boules de neige (course) :

Lourd – léger



7 Glissades (courage – agilité)

Monter – descendre

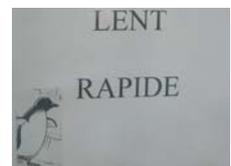


7 Saut du pingouin (réception) : Adapter la hauteur aux élèves ! Haut – bas



7 La pêche (renforcement) : Ramper le long de la banquise pour attraper le poisson et revenir en courant pour le manger rapidement.

Lent – rapide



7 Traverser la rivière gelée (équilibre) :



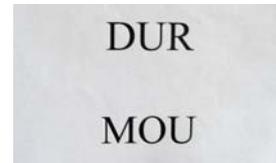
Large – étroit



7 Se rouler dans la neige (tenue du corps) :



Dur – mou



Après tellement d'activités les pingouins sont fatigués. Ils choisissent un endroit agréable, se couchent et s'endorment... Au réveil, les enfants quittent le pays des pingouins.

Un aspect peut être abordé avec les élèves : la différence entre les manchots et les pingouins ! Ici, on devrait plutôt parler de manchots...

Carine Brandt Schwab, 2008