

1-2P animation pédagogique

Histoire mimée : lapin et carottes sur le thème « tourner »

Objectifs (CM 13):

- Acquérir des habilités motrices en expérimentant les variations du tonus musculaire.
- Expérimenter les rotations dans diverses positions (planification PER, CYCLE 1, 1-2P mars-avril). Etiquette 10.

Matériel :

- 1 sautoir par E (répartis dans la salle)
- Musique sautecroche 2, « Mon petit lapin »
- Voir détail circuit.



Première partie :

Les lapins sont tout contents ce matin. Ils se promènent dans le jardin (sur la musique, librement).

Parfois, j'entends le renard. Quand la musique s'arrête, ils s'immobilisent pour écouter. Quand la musique s'arrête, le renard arrive, les lapins se réfugient le plus vite possible dans un terrier (= un sautoir). Mais il peut y avoir le putois (se mettent accroupi et se bouchent le nez) ou encore le rapace (se perchent).

Ils vérifient s'ils sont bien partis en faisant le tour du terrier (en appui facial, puis idem en appui dorsal).

Ils sont partis ! Les lapins ont faim. Ils font des sauts de lapins, entre les carottes (=sautoirs) pour choisir la plus belle. Quand la musique s'arrête, chaque lapin prend une carotte et va le plus vite possible vers un tapis de sol.

Introduction et technique de base pour le tourner en avant :

Faire les oreilles de lapin : depuis position accroupie et tourner en arr. jusqu'à poser les 2 mains sur le tapis. Se repousser pour se retrouver accroupi (rouler arr./av).

Idem, depuis debout et se retrouver debout, puis saut en ext. (*rester bien groupé pendant le rouler arr./av.*).

Idem avec sa carotte sous le museau (ne pas la perdre avant le saut en ext.).

Proposition de postes tourner en avant/rouler au sol:

Les lapins veulent sortir du jardin pour aller explorer la forêt. Ils s'amuse dans ce nouvel endroit. Essayer de garder la carotte sous le menton en faisant les ex. (pour bien rentrer la tête et expliquer l'importance de s'appuyer sur les bras).

Postes principaux, rouler en avant et faciles à mettre en place :

1. Rouler en avant sur plan incliné (garder une carotte sous le museau) : tremplin-tapis de sol dessus. **Poste de contrôle du M.**
2. Se tirer sur un banc et rouler au bout du banc sur un tapis de sol : regarder l'image collée dessous
3. Rouler au sol sur un tapis depuis un dessus de caisson (bien monter les fesses pour donner l'élan)

Poste complémentaire ludique mais difficile à mettre en place et qui demande une surveillance :

4. Rouler sur 2 bancs accrochés aux espaliers avec tapis de 16 dessus ou gros tapis

Postes complémentaires tourner en avant :

5. Tourner à la barre fixe et poser les pieds sans bruit
6. Tourner aux anneaux en av. et en arr.

Faire un choix parmi ces postes en fonction de ce qu'on peut mettre en place avec ses élèves !

Jeu : renard (peau) et lapins (bois) avec le tambourin. Ne se déplacer que sur son propre son. Le renard essaie de toucher les lapins (qui deviennent alors renards).

Carine Brandt

