

# UN THEME DE LECON :

## PETIT, MOYEN, GRAND

### Matériel

- Tapis : grand = 16 cm rouge / moyen = 2 cm (orange, bleu) / petit = foulard, moquette
- Tunnels : grand = 2 poteaux saut / moyen = 2 piquets + corde à sauter / petit = tapis
- Ballons : grand = volley ou ballon rose / moyen = petite balle gym / petit = petite balle à lancer
- Piquets : grand = poteau saut en hauteur / moyen = piquet, normal / petit = quille

### Main libre

1. Découvrir la salle individuellement ou 2 par 2, avec ou sans rythme objectif = **trouver les 3 catégories** (grand, petit, moyen.)

2. Franchir les tapis, passer sous les tunnels en **alternant petit, moyen et grand.**

3. **Différencier la façon de franchir** les tapis en fonction de leur grandeur

Petit = 1 pied sur le tapis / moyen = 2 pieds / grand = 3 pas sur le tapis

3P 4P

Petit = sauter par-dessus / moyen = sauts de grenouille / grand = ramper

enf. 1P 2P

**Différencier la façon de passer sous un tunnel** en fonction de sa grandeur

petit = ramper sur le ventre ou sur le dos

moyen = en marche arrière

on peut aussi changer de pas (courir, sautiller, galoper etc..)

grand = en avant

4. **Jouer 2 par 2** (orientation dans l'espace)

A montre un chemin en passant sur ou sous 3 installations de grandeurs différentes (tapis, tunnels). B essaie de refaire la même chemin et A contrôle si c'est juste.

- lorsque A montre, B peut :
1. faire le chemin avec A et le refaire seul ensuite.
  2. regarder A et faire le chemin ensuite.

## **Ballons, balles**

(3 grandeurs différentes)

**1. Se déplacer** avec le ballon dans les mains et l'échanger lorsque je croise un copain  
en le roulant (pieds, mains)  
en le dribblant

**au signal :** aller se mettre debout sur un tapis qui correspond à la grandeur de ma balle.  
idem mais inverser (petite balle sur un grand tapis)  
rouler la balle sous un tunnel qui correspond à sa grandeur et la rattraper de  
l'autre côté du tunnel.  
idem mais inverser (rouler une petite balle dans un grand tunnel)

## **2. Jouer 2 par 2**

**tunnel** → petit = se rouler la balle  
moyen = rouler, passer en rebondissant la balle sous le tunnel, passer par-dessus la corde  
grand = passer avec 1 rebond, passer par-dessus l'élastique.

**tapis** → petit = passer avec 1 rebond sur le tapis, rouler sur le tapis (enfantine)  
moyen = passer par-dessus le tapis (grand ou petit côté ou diagonale), rouler  
grand = idem tapis moyen.

## **3. Jouer en groupe** (4 personnes)

- a) dribbler en passant le ballon sous 3 tunnels de différentes grandeurs et le donner au suivant.
- b) dribbler et rouler son ballon de part et d'autre de 3 tapis de différentes grandeurs et donner son ballon au suivant.