

**ÉDUCATEUR**

**OBJECTIF :** s'orienter de profil pour lancer loin.

**L'ÎLE AUX OBJETS****SITUATION****MATÉRIEL :**

projectiles différents qui se lancent à bras cassé ou à bras allongé (vortex, sacs de graines, fusées en mousse, anneaux ...) en quantité suffisante. Éviter les projectiles roulants. 1 tapis (2 m x 1 m), 2 poteaux, 1 élastique avec un manchon blanc, 1 banc, un sablier de 30'', une zone cible matérialisée, des bouchons.

**DESCRIPTIF :**

les enfants prennent chacun un projectile, posent un seul pied sur le tapis et le lancent par-dessus l'élastique afin d'atteindre la zone cible. Puis ils recommencent avec un autre projectile et continuent ainsi durant 30''. Seuls les projectiles qui restent dans la zone cible sont comptabilisés.

**ENFANT****BUT :**

je lance le plus loin possible pour atteindre la zone cible.

**CRITÈRE DE RÉALISATION :**

je pose un seul pied sur le tapis au moment du lancer (oblige à une dissociation des jambes).

**CRITÈRES DE VALIDATION :**

- mon projectile passe au-dessus de l'élastique ;
- mon projectile atterrit dans la zone cible.

**APPRENTISSAGE DE LA SÉCURITÉ :**

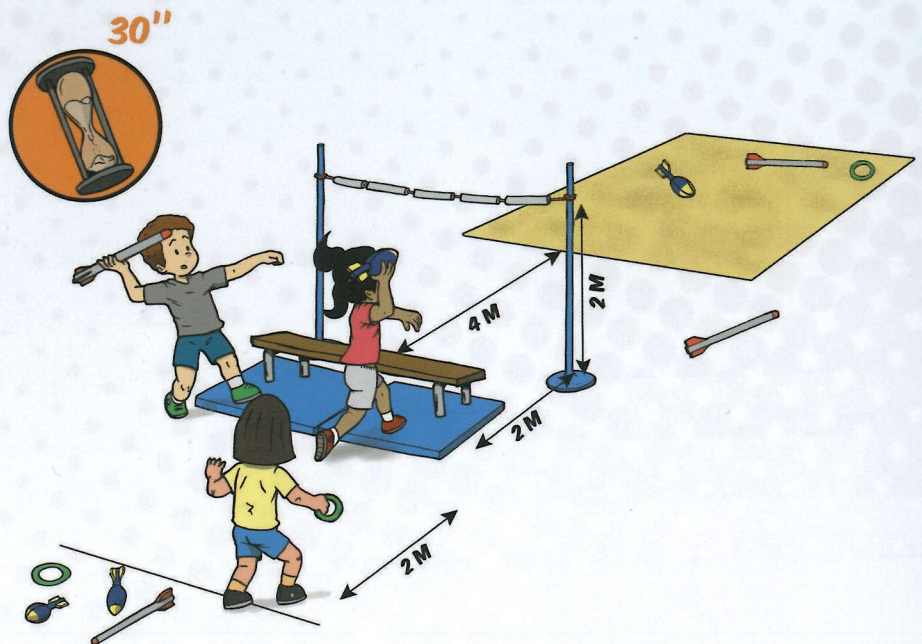
- je ramasse les projectiles en même temps que mes camarades et au signal de l'adulte ;
- durant le lancer, je respecte les espaces de lancer et de chute des projectiles.

**CONSTRUCTION DE LA NOTION DE PERFORMANCE**

**PERFORMANCE :** le nombre de mes projectiles qui restent dans la cible de l'équipe.

**MESURE DE LA PERFORMANCE :** seuls les projectiles restés dans la zone cible sont comptabilisés à la fin des 30''. Un projectile dans la zone cible donne droit à un bouchon.

**RÉSULTAT :** à la fin des 30'', comptabiliser le nombre de projectiles de l'équipe ; réaliser autant de séries de lancers (toujours durant un temps de 30'') que possible ; garder la meilleure performance de l'équipe.

**ADAPTATION AUX BESOINS REPÉRÉS**

Éléments obligés : projectiles variés ; temps limité pour favoriser la vitesse d'exécution.

**ÉDUCATEUR**

**OBJECTIF :** produire une trajectoire tendue pour un lancer précis.

**LE CERCLE DU SOLEIL****SITUATION**

**MATÉRIEL :** 3 fusées en mousse, tapis de dimensions 1 m x 50 cm, une cible matérialisée et le matériel nécessaire pour la tracer (2 cercles de 25 cm et de 50 cm de rayon), des bouchons.

**DESCRIPTIF :**

l'enfant assis sur les talons, se redresse sur les genoux pour lancer.  
Chaque enfant réalise 3 lancers consécutifs.

**ENFANT****BUT :**

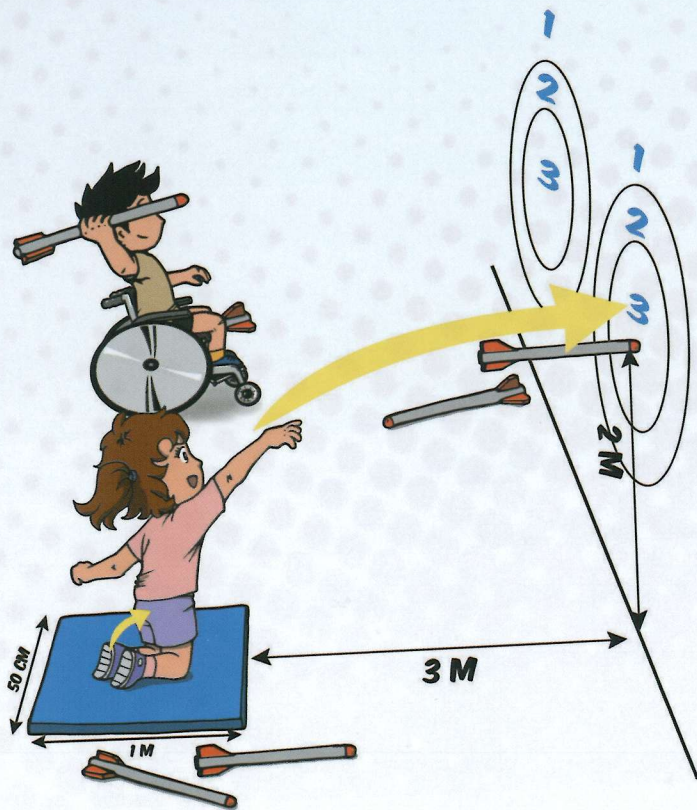
je lance avec précision pour atteindre la zone cible.

**CRITÈRE DE RÉALISATION :**

je décolle les fesses de mes talons avant de lancer (action d'élévation du bassin).

**APPRENTISSAGE DE LA SÉCURITÉ :**

- je ramasse les projectiles en même temps que mes camarades et au signal de l'adulte ;
- durant le lancer, je respecte les espaces de lancer et de chute des projectiles.

**CONSTRUCTION DE LA NOTION DE PERFORMANCE**

**PERFORMANCE :** la zone cible que j'atteins.

**MESURE DE LA PERFORMANCE :** 1 point est égal à un bouchon.

**RÉSULTAT :** chaque enfant retient son meilleur score ; à la fin de toutes les séries, ceux-ci sont additionnés pour donner le résultat de l'équipe.

**ADAPTATION AUX BESOINS REPÉRÉS**

**Éléments obligés :** lancer de fusée ; position de départ à genoux ; les 3 lancers sont consécutifs.

## ÉDUCATEUR

OBJECTIF : s'orienter de profil pour lancer loin.

## LE PHARAON

## SITUATION

## MATÉRIEL :

3 vortex, 1 latte, un tapis de dimensions 1 m x 50 cm x 4cm, des tracés au sol matérialisant les zones de chute des projectiles, des bouchons.

## DESCRIPTIF :

l'enfant se place de profil sur le support, à cheval sur la latte, pied gauche devant pour un droitier puis effectue un lancer à bras cassé. Chaque enfant réalise 3 lancers consécutifs.

## ENFANT

## BUT :

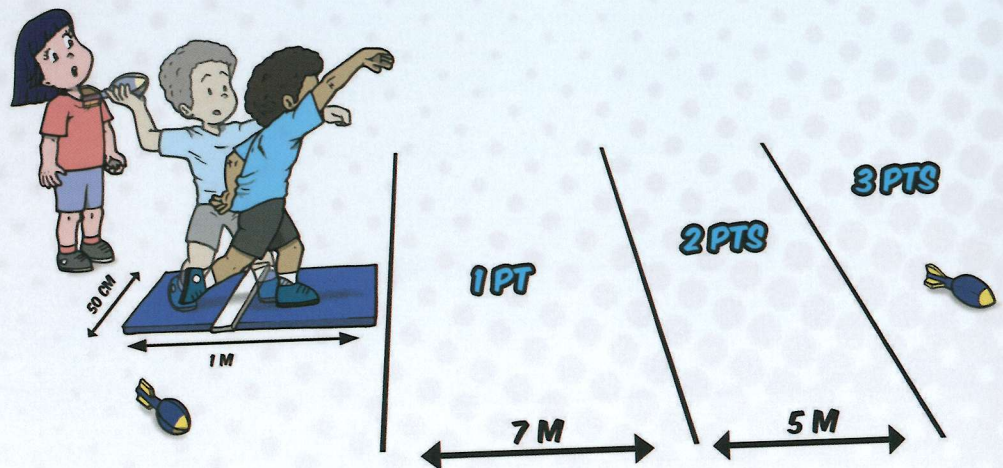
je lance le plus loin possible.

## CRITÈRE DE RÉALISATION :

mes 2 pieds restent de chaque côté de la latte tant que mon projectile n'a pas touché le sol.

## APPRENTISSAGE DE LA SÉCURITÉ :

- je ramasse les projectiles en même temps que mes camarades et au signal de l'adulte ;
- durant le lancer, je respecte les espaces de lancer et de chute des projectiles.



## CONSTRUCTION DE LA NOTION DE PERFORMANCE

PERFORMANCE : la zone cible que j'atteins.

MESURE DE LA PERFORMANCE : 1 point est égal à un bouchon.

RÉSULTAT : chaque enfant retient son meilleur score ; à la fin de toutes les séries, ceux-ci sont additionnés pour donner le résultat de l'équipe.

## ADAPTATION AUX BESOINS REPÉRÉS

Éléments obligés : respect de la consigne :

« mes 2 pieds restent de chaque côté de la latte tant que mon projectile n'a pas touché le sol » ; les 3 lancers sont consécutifs.

## ÉDUCATEUR

**OBJECTIF :** franchir des obstacles en courant.

## SITUATION

**MATÉRIEL :** des plots, des lattes, un jalon, 4 tapis de dimensions 1 m x 50 cm, un sablier, des bouchons et deux récipients.

## DESCRIPTIF :

le premier enfant prend un bouchon dans la réserve. Il franchit les obstacles à l'aller, dépose le bouchon dans le récipient de son équipe, effectue le retour en franchissant les obstacles.

**Durée du relais :** 30" par enfant (Ex. pour 6 enfants :  $6 \times 30" = 3$  minutes). À la fin du temps, tout parcours commencé est comptabilisé.

## ENFANT

### BUT :

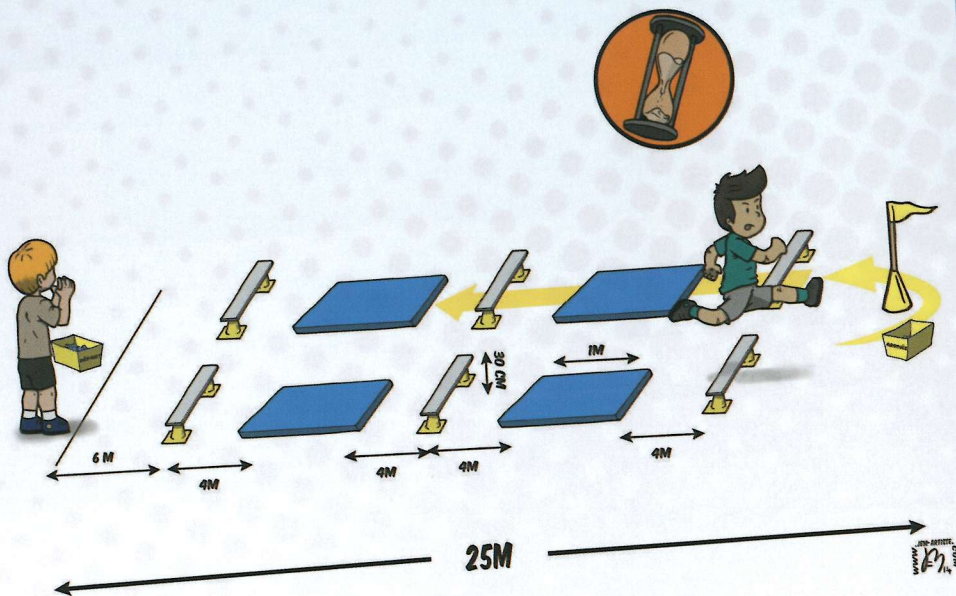
je franchis les obstacles en courant le plus vite possible.

### CRITÈRE DE RÉALISATION :

je franchis tous les obstacles en courant sans les renverser ni poser le pied dans les zones obstacles.

### APPRENTISSAGE DE LA SÉCURITÉ :

- je respecte le sens de circulation.



## CONSTRUCTION DE LA NOTION DE PERFORMANCE

**PERFORMANCE :** le nombre de parcours que j'ai réalisés.

**MESURE DE LA PERFORMANCE :** un parcours (obstacles + retour) donne droit à un bouchon.

**RÉSULTAT :** à la fin du premier relais, comptabiliser les points de l'équipe ; réaliser un deuxième puis un troisième relais ; garder la meilleure performance.

### ADAPTATION AUX BESOINS REPÉRÉS

**Éléments obligés :** dimensions des obstacles verticaux et horizontaux afin de faire impulser l'enfant vers l'avant et le haut.

## ÉDUCATEUR

**OBJECTIF :** rebondir et rythmer son déplacement.

## SITUATION

**MATÉRIEL :**

21 dalles de 30 x 30 cm ou des carrés tracés à la craie, un sablier, des bouchons et deux récipients.

**DESCRIPTIF :**

le premier enfant effectue le parcours aller. Sur la première dalle, les deux pieds sont serrés, puis il rebondit en alternant pieds écartés (un pied sur chaque dalle) / pieds serrés (les deux pieds sur la même dalle). Il termine le parcours aller pieds écartés, dépose un bouchon dans le récipient et fait demi-tour en sautant. Le retour s'effectue en respectant les mêmes consignes.

**Durée du relais :** 30'' par enfant (Ex. pour 6 enfants :  $6 \times 30'' = 3$  minutes). À la fin du temps, tout parcours commencé est comptabilisé.

## ENFANT

**BUT :**

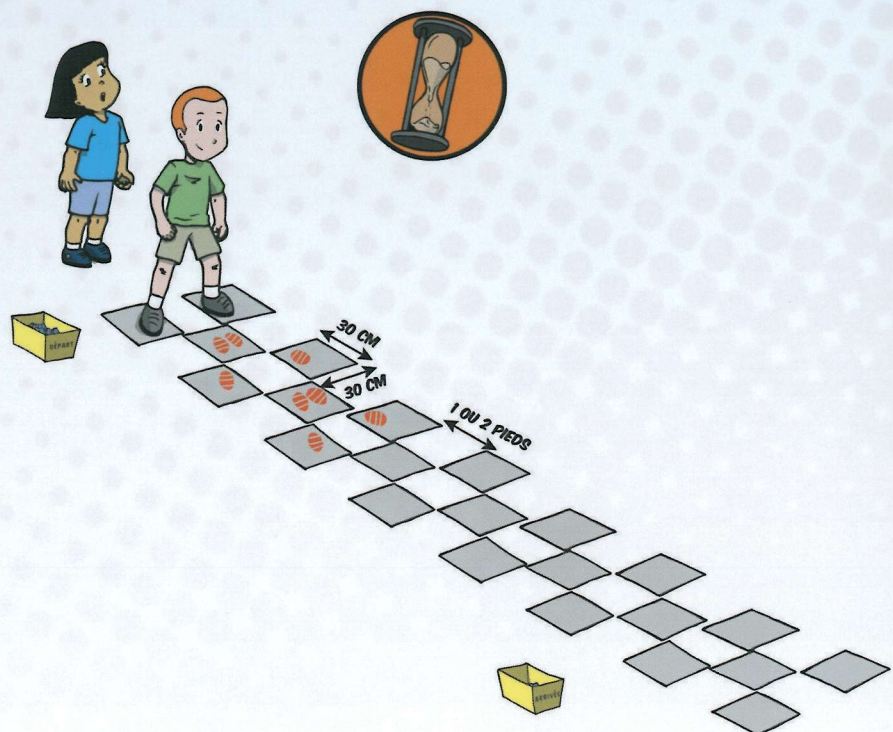
je réalise le parcours en rebondissant.

**CRITÈRE DE RÉALISATION :**

je respecte l'enchaînement pieds serrés / pieds écartés.

**APPRENTISSAGE DE LA SÉCURITÉ :**

je respecte le sens de circulation.



## CONSTRUCTION DE LA NOTION DE PERFORMANCE

**PERFORMANCE :** le nombre de parcours que j'ai réalisés.

**MESURE DE LA PERFORMANCE :** un parcours aller et retour donne droit à un bouchon.

**RÉSULTAT :** à la fin du premier relais, comptabiliser les points de l'équipe ; réaliser un deuxième puis un troisième relais. Garder la meilleure performance.

## ADAPTATION AUX BESOINS REPÉRÉS

Éléments obligés :  
dimensions et écartements des dalles.

**ÉDUCATEUR**

**OBJECTIF :** s'équilibrer durant le vol.

**LE VOL DE PETER PAN****SITUATION**

**MATÉRIEL :**  
un mini trampoline, un contre haut dont la hauteur ne dépasse pas de 5 cm celle du mini trampoline, un tapis de réception (épaisseur 4 cm), des bouchons et un récipient.

**DESCRIPTIF :**  
l'enfant part debout sur le contre haut, puis rebondit à 2 pieds sur le trampoline, tend son corps vers le haut en cherchant à sauter le plus loin possible.

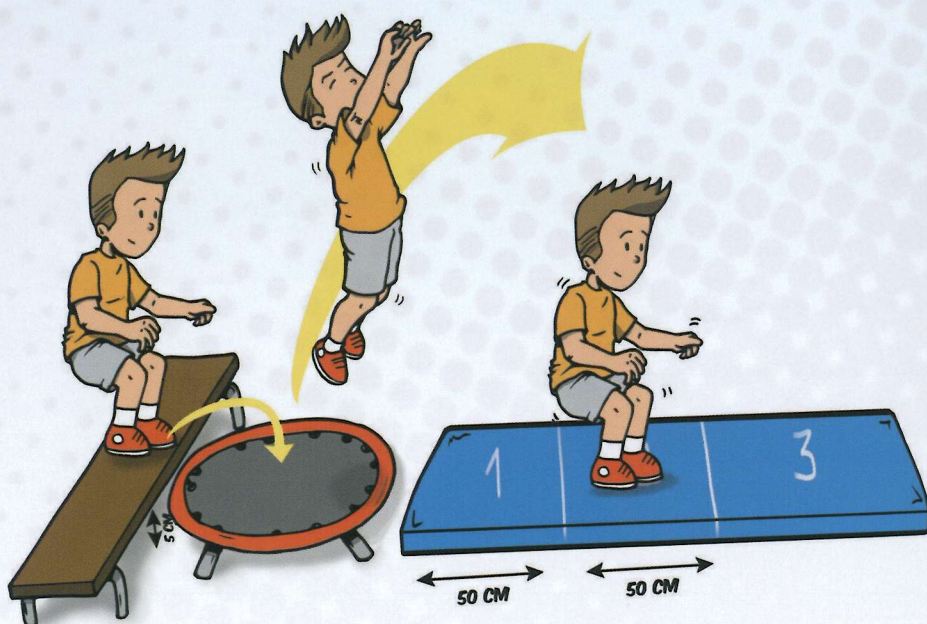
**ENFANT**

**BUT :**  
je rebondis pour sauter le plus loin possible.

**CRITÈRE DE RÉALISATION :**  
je me réceptionne sur les 2 pieds.

**CRITÈRE DE VALIDATION :**  
je me réceptionne debout (oblige à contrer les rotations générées).

**APPRENTISSAGE DE LA SÉCURITÉ :**  
je me réceptionne debout et sur les 2 pieds.

**CONSTRUCTION DE LA NOTION DE PERFORMANCE**

**PERFORMANCE :** la zone de réception que j'atteins.

**MESURE DE LA PERFORMANCE :** un point est égal à un bouchon.

**RÉSULTAT :** chaque enfant retient son meilleur score ;  
à la fin de toutes les séries, ceux-ci sont additionnés pour donner le résultat de l'équipe.

**ADAPTATION AUX BESOINS REPÉRÉS**

**Éléments obligés :**

hauteur du contre-haut par rapport au trampoline ; largeur des zones d'atterrissage ; consigne par rapport à la réception.

## ÉDUCATEUR

**OBJECTIF :** courir et marcher vite « dans la durée ».

## LE SERPENT

## SITUATION

## MATÉRIEL :

un anneau, 6 plots, un jalon, un jeu de sabliers, des bouchons et deux récipients.

## DESCRIPTIF :

le premier enfant prend un bouchon dans la réserve et l'anneau. Il effectue l'aller en courant vite, dépose le bouchon dans le récipient de son équipe, effectue le slalom de retour en marchant vite, transmet l'anneau à l'enfant suivant et l'activité continue jusqu'au signal de fin.

**Durée du relais :** 30" par enfant (Ex. pour 6 enfants :  $6 \times 30'' = 3$  minutes). À la fin du temps, tout parcours commencé est comptabilisé.

## ENFANT

## BUT :

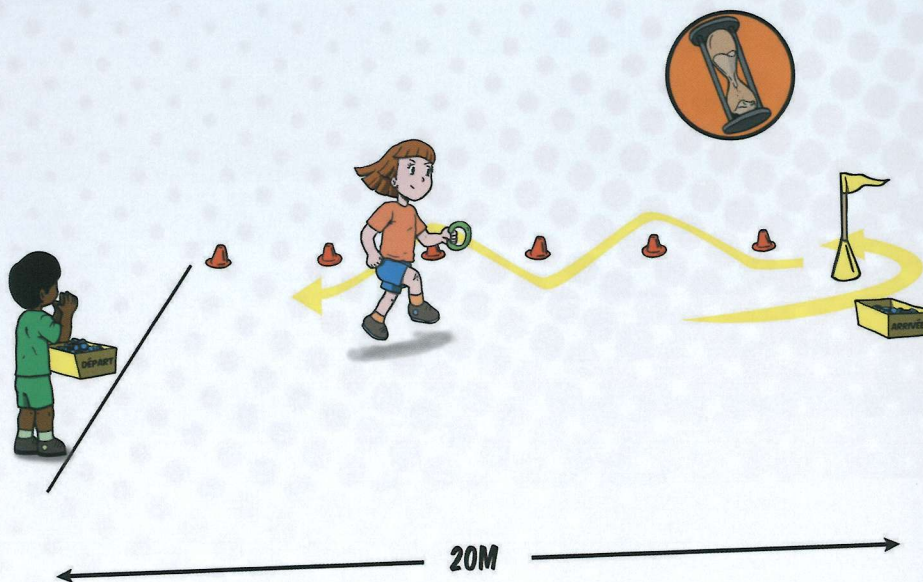
je réalise le parcours en courant et en marchant le plus vite possible.

## CRITÈRES DE RÉALISATION :

- je ne cours pas lors de la marche rapide ;
- je ne pars pas si je n'ai pas l'anneau à la main.

## APPRENTISSAGE DE LA SÉCURITÉ :

je respecte le sens de circulation.



## CONSTRUCTION DE LA NOTION DE PERFORMANCE

**PERFORMANCE :** le nombre de parcours que j'ai réalisés.

**MESURE DE LA PERFORMANCE :** un parcours (course + marche) donne droit à un bouchon.

**RÉSULTAT :** à la fin du premier relais, comptabiliser les points de l'équipe ; réaliser un deuxième puis un troisième relais. Garder la meilleure performance.

## ADAPTATION AUX BESOINS REPÉRÉS

Éléments obligés :  
alternance d'allures de déplacement.

## ÉDUCATEUR

OBJECTIF : courir vite.

## LA COURSE DE PETER PAN

## SITUATION

## MATÉRIEL :

des plots, des lattes, des coupelles, un jalon, un tapis de dimensions 1 m x 50 cm, une mini-haie et une haie masquante (hauteur moyenne du genou des enfants), un anneau, un jeu de sabliers, des bouchons et deux récipients.

## DESCRIPTIF :

le premier enfant prend un bouchon dans la réserve et l'anneau. Il franchit les obstacles à l'aller, dépose le bouchon dans le récipient de son équipe, effectue le retour sans obstacle en courant, transmet l'anneau à l'enfant suivant et l'activité continue jusqu'au signal de fin.

**Durée du relais :** 30'' par enfant (Ex. pour 6 enfants :  $6 \times 30'' = 3$  minutes). À la fin du temps, tout parcours commencé est comptabilisé.

## ENFANT

## BUT :

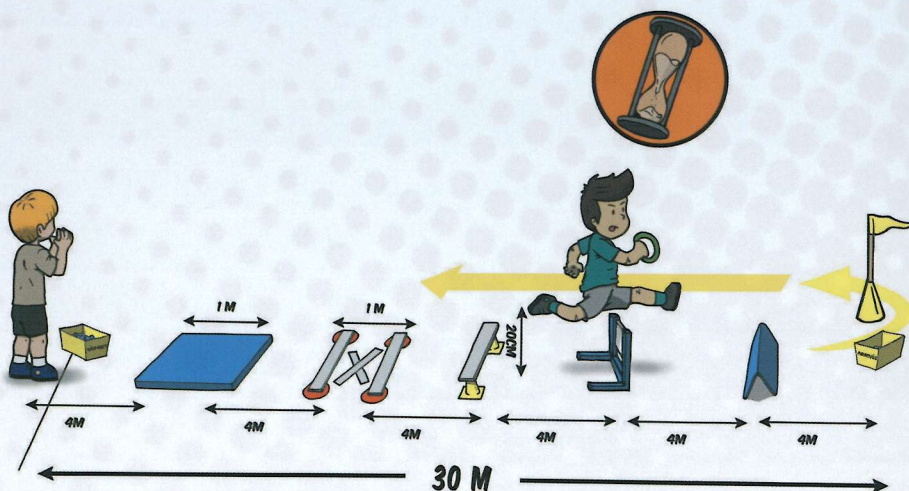
Je réalise le parcours le plus vite possible en franchissant les obstacles.

## CRITÈRES DE RÉALISATION :

- je franchis tous les obstacles en courant ;
- je ne pars pas si je n'ai pas l'anneau à la main.

## APPRENTISSAGE DE LA SÉCURITÉ :

je respecte le sens de circulation.  
et sur les 2 pieds.



## CONSTRUCTION DE LA NOTION DE PERFORMANCE

**PERFORMANCE :** le nombre de parcours que j'ai réalisés.

**MESURE DE LA PERFORMANCE :** un parcours (obstacles + retour) donne droit à un bouchon.

**RÉSULTAT :** à la fin du premier relais, comptabiliser les points de l'équipe ; réaliser un deuxième puis un troisième relais ; garder la meilleure performance.

## ADAPTATION AUX BESOINS REPÉRÉS

## Éléments obligés :

obstacles variés dans leur configuration (haut, long, masquant, non-masquant) et dont les distances inter-obstacles sont régulières.