

AGIR ET S'EXPRIMER AVEC SON CORPS

Réaliser une action que l'on peut mesurer : le saut

Etape 1 : Exploration (deux séances)

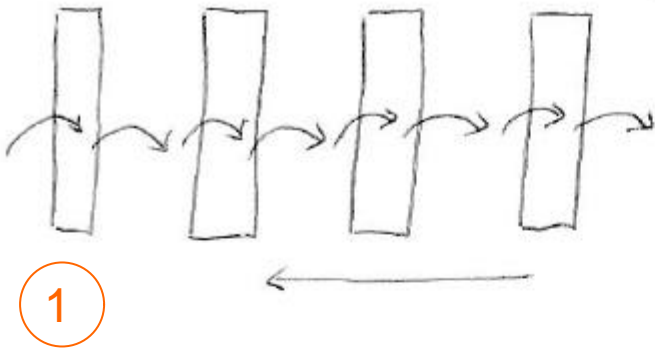
- Sauter : - en jouant partout
- en choisissant l'atelier qu'on préfère

- | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Objectifs :</p> <ul style="list-style-type: none">- explorer les différents types de sauts- s'engager dans l'activité- s'aventurer partout- respecter l'organisation spatiale et le dispositif matériel en suivant les consignes. |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Mise en place : ateliers répartis dans la salle de jeux. (cf. au dos)

Consigne 1 : “ **joue à tous les ateliers** ” (après une présentation rapide de ceux-ci)

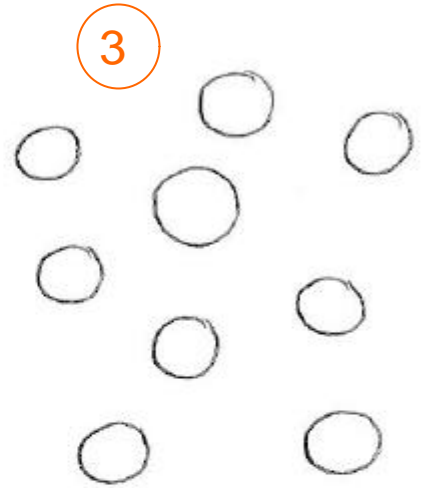
Consigne 2 : “ **choisis l'atelier que tu préfères et refais-le plusieurs fois** ”



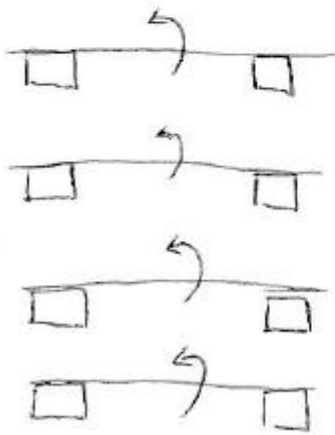
1



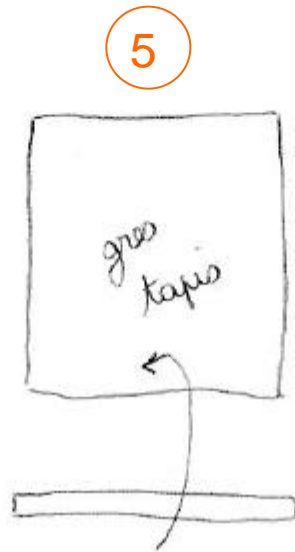
2



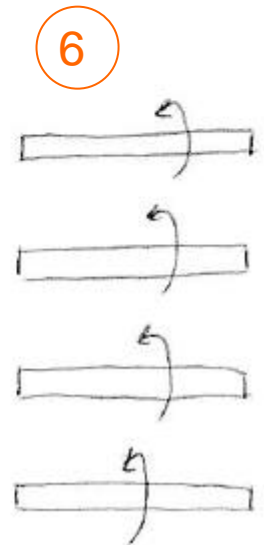
3



4



5



6

1. Monter sur le banc et sauter puis recommencer.
2. Sauter sur le trampoline (rebondir) puis sur le tapis.
3. Sauter de cerceau en cerceau.
4. Grosses lattes + briques : sauter en les enjambant.
5. Sauter sur le gros tapis
6. Sauter par-dessus les lattes à pieds-joints.

AGIR ET S'EXPRIMER AVEC SON CORPS

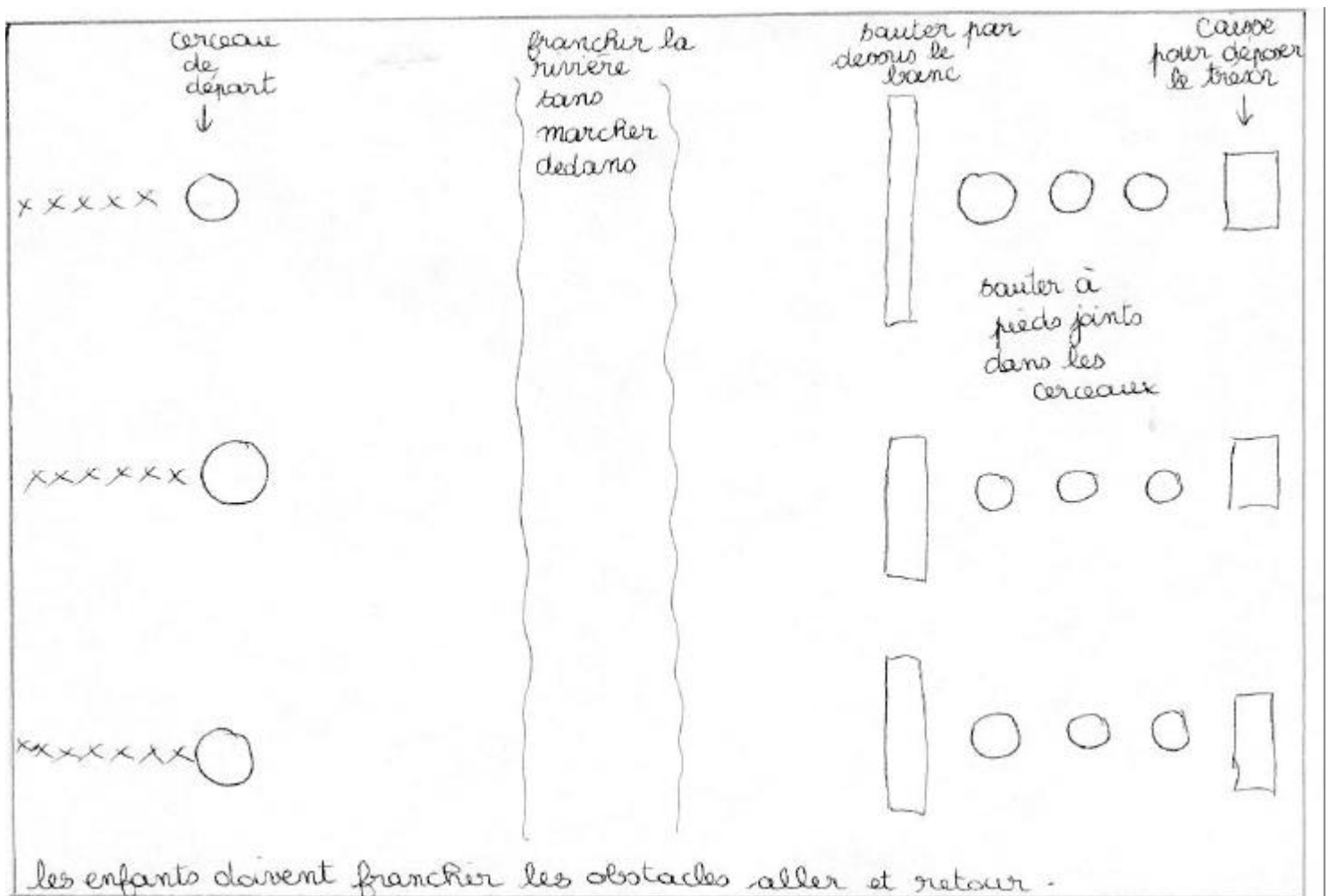
Réaliser une action que l'on peut mesurer : le saut

Etape 2 : La rivière aux crocodiles (deux séances)

- Objectifs :**
- sauter autrement afin de réaliser un butin
 - Augmenter l'amplitude et la qualité du saut
 - Travailler différents types de sauts
 - Enchaîner une course et un saut

Mise en place :

Les enfants partagés en trois groupes doivent franchir « 2 rivières » pour apporter un trésor de l'autre côté des rivières. Il faut donc allier vitesse et saut.
Le groupe qui a fait traverser son trésor le premier gagne.



Varié le parcours après deux passages :

- agrandir la rivière
- Passer le banc en prenant appui sur les mains
- Sauter à cloche-pieds dans les cerceaux.

Retour au calme :

- allongés sur des tapis et en écoutant une musique douce, on fait danser une main puis l'autre, une jambe puis l'autre puis on s'immobilise.
- Écoute de berceuses.

AGIR ET S'EXPRIMER AVEC SON CORPS

Réaliser une action que l'on peut mesurer : le saut

Etape 3 : Sauter loin (quatre séances)

- Objectifs :**
- passer de sauter à l'arrêt à enchaîner une course et un saut.
 - prendre un élan pour sauter loin
 - Évaluer ses capacités de réussite selon l'obstacle à franchir.

Mise en place :

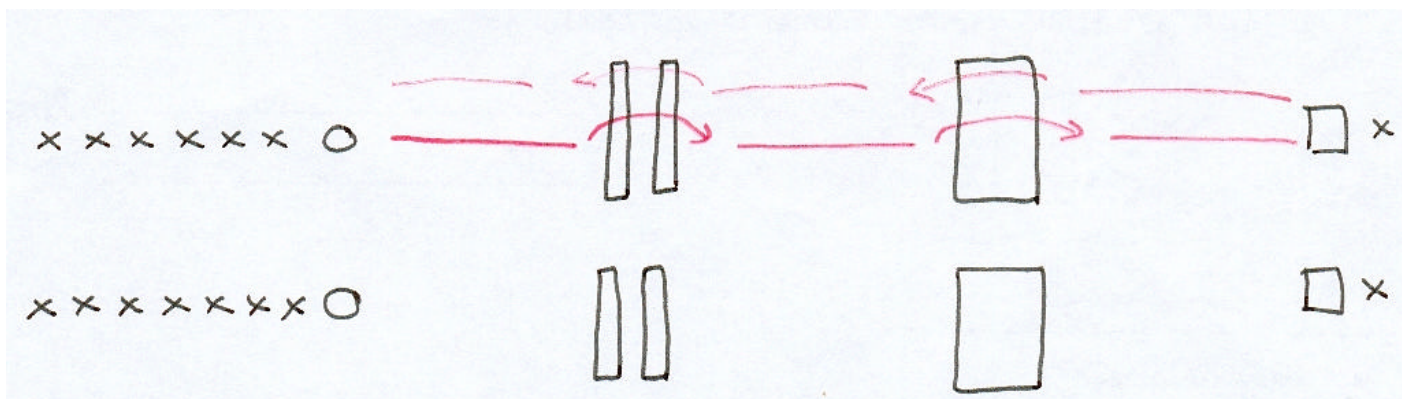
1. Situations de jeux (2 séances).

Le livreur de pizzas

« cours et saute par-dessus les rivières pour rapporter des pizzas dans ta maison »

Matériel : tapis et lattes

Organisation : il y a deux vendeurs de pizzas. Les enfants sont partagés en deux groupes pour que le jeu ne soit pas trop long.



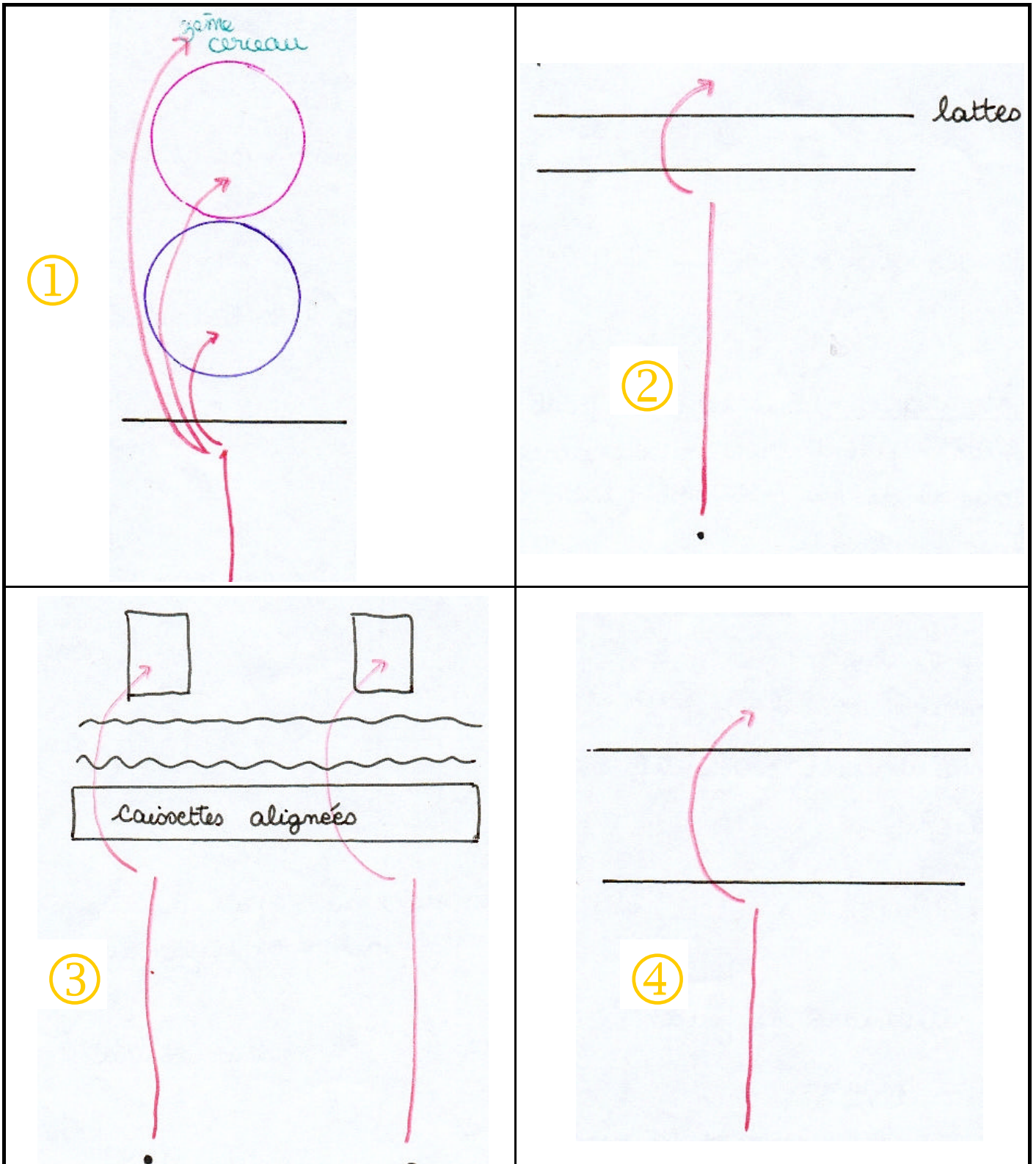
Remarque : les deux parcours sont distants l'un de l'autre pour que les petits repèrent bien où ils doivent aller. On va chercher sa pizza au signal de la maîtresse (tambourin).

Prolongement : introduire la notion de vitesse (le premier vendeur qui a vendu toutes ses pizzas)

Les rivières qui grossissent

Même principe que la rivière aux crocodiles (faire traverser un trésor) mais les rivières à franchir (3) sont de plus en plus larges.

2. Situations en ateliers (2 séances).



1. Prendre une course d'élan et sauter dans un cerceau en essayant d'atteindre le plus éloigné.
2. et 4. Prendre une course d'élan et franchir les lattes. Quand on réussit bien à l'atelier 2 on peut aller au 4.
3. Franchir l'obstacle pour atteindre le tapis après une course d'élan. On peut plus ou moins éloigner les tapis.

L'atelier 1 permet d'évaluer les enfants, selon la couleur du cerceau qu'ils atteignent.