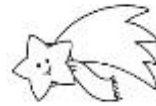




## Sport des enfants J+S

---

# Thème : Le voyage d'une étoile filante avec ses deux amis



**Nom:** Daisy Nicolet

### Conditions cadre

Durée de la leçon 1h

Participants 20 environ

Environnement Salle de gymnastique

Moyen didactique Manuel gymnastique enfantine page 25

Moyens auxiliaires Engins à main non conventionnels et conventionnels.

### Objectifs :

Recueil de matière, travailler son imaginaire lors de nos cours.  
Développer ces objets connus par les canaux sensoriels, la vue, le toucher et l'ouïe.  
Partager vos idées lors de cette leçon

	Durée	Tâches, déroulement	Forme d'organisation
Feuille de papier	15 min	<p><b>Feuille entière.</b></p> <p>Se mettre face à face avec un participant, ensemble tenir la feuille,</p> <p>Courir dans la salle, pas chassé, pas de géant, en marche arrière. Puis des mouvements libres dans la salle.</p> <p>A chaque fois que l'on rencontre un autre duo, on le fait passer sous notre feuille. (Pont).</p> <p>Variante : On se baisse les autres enfants passent sur notre feuille, toujours tenue par nos deux mains.</p> <p><b>Faire une boule avec la feuille :</b></p> <p>Face à face à 1 mètre de distance de son camarade se faire 3 passes, puis reculer et refaire 3 passes. Ainsi de suite.</p> <p>Lancer en l'air et rattraper.</p> <p>Au pied pousser la boule avec le pied droite, puis le gauche dans l'espace de la salle, changer le rythme, passer de marcher à courir avec la boule.</p> <p>Suivre une ligne au sol avec sa boule aux pieds.</p> <p><b>Relaxant :</b></p> <p>Par deux : le camarade coucher sur le ventre, la monitrice nomme les parties du corps où la boule passe.</p> <p>Variante : librement le participant roule la boule sur le corps</p> <p>On change de participants.</p> <p><b>Variation :</b></p> <p>Mettre des bancs et les enfants se font des passent à des hauteurs différentes, Soit debout ou assis sur le banc, à genou derrière</p> <p>Viser le banc avec la boule Faire passer la boule de papier sous le banc.</p>	<p>Activité en ligne</p> <p>Activité libre</p> <p>Activité dirigée</p>

Tissu	15 min.	<p><b>Individuel. (Développement spatial)</b></p> <p>Lancer-rattraper une fois avec une main, puis l'autre. Marcher avec le tissu sur la tête, en avant, en arrière</p> <p>A 4 pattes on pose ses deux mains sur le tissu, on part en avant les yeux ouverts, puis les yeux fermés. Idem en marche arrière.</p> <p><b>Assis :</b> Micro -onde : poser le tissu sur le sol, s'asseoir dessus et tourner sur soi-même</p> <p>Rouler le tissu pour en faire un boudin : Demander à l'enfant de le placer devant lui, derrière, à droite, à gauche, glisser sous les jambes.</p> <p><b>Debout :</b> avec ses deux mains tenir l'extrémité du boudin, imiter le mouvement d'un volant de voiture et se mettre en mouvement dans la salle. Changer le rythme en fonction de la dynamique</p> <p><b>Par groupe de deux.</b> 2 enfants se posent debout sur <b>un</b> tissu, on place l'autre tissu devant eux, le moniteur donne le départ : ils s'installent sur le tissu de devant, puis reprennent le tissu de derrière et le repose devant, on avance ainsi sans sauter sur le tissu. Le départ et l'arrivée sont définis par un cône</p> <p><b>Jeu :</b> Choisir 3 tissus différents, (les autres sont posés au bord de la salle) Pour 3 mouvements 3 enfants courent dans la salle avec le tissu dans la main, dès qu'ils touchent un autre enfant ce dernier fait le mouvement défini par la monitrice au début. Exp : 3x sauts pieds joints sur place, Le mouvement exécuté il est libéré et repart dans le jeu. Au bout de 2 minutes, on change de poursuivant.</p> <p><b>Variante :</b> mettre des cerceaux, pour varier les mouvements Tourner autour, sauter par-dessus, marcher dessus.</p> <p>Rétrécir l'espace du jeu</p>	<p>Activité libre</p> <p>Activité de groupe.</p> <p>Activité dirigée</p>
-------	---------	---	--

<b>Ficelle</b>	15 min.	<p><b>Individuel :</b> Lancer et rattraper la ficelle avec une partie du corps défini par la monitrice. Tête, main, pied, genou, sur le bout du doigt, faire travailler la gauche et la droite du corps, (bilatéralité)</p> <p><b>Ficelle au sol :</b> En rampant ou à 4 pattes souffler la ficelle</p> <p><b>Debout :</b> L'enfant marche dans la salle au signal il s'arrête devant une ficelle, la monitrice définit le mouvement marcher dessus, sauter par-dessus, sauter à pieds joints.</p> <p>Variante : l'enfant doit exécuter un certain nombre de fois l'exercice, (connaissance des chiffres)</p> <p>Variante : toucher avec la main, avec le nez, l'épaule, diversifiés les parties du corps, (droite-gauche)</p> <p><b>2 équipes :</b> exp. environ 20 enfants Une équipe se divise 10 enfants se trouvent sur les deux côtés de la salle, avec 8 ballons mous.</p> <p>L'autre équipe se prépare au bout de la salle, prêt à partir avec les cordelettes en main pour créer au milieu de la salle, le plus long train de cordelettes. L'enfant toucher par la balle revient au départ. Au bout de 3 minutes, le jeu s'arrête On change, qui aura fait le plus long train de cordelettes.</p> <p><b>Variante : Estafette :</b></p> <p>2 équipes Départ depuis une ligne et partir en courant vers le piquet d'en face poser sa ficelle à côté de l'autre, celles-ci doivent former le plus grand train de cordelettes</p> <p>Variante :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Le départ se fait de suite au pied de la ligne pour aligner toutes les ficelles</li> <li>2) Faire des petites équipes, ils font librement des formes dans la salle Ou les formes sont définies par la monitrice. Un carré, le rond, le triangle</li> </ol>	<p>Activité libre</p> <p>Activité dirigée</p> <p>Collaboration</p> <p>Collaboration, avec un départ et arrivée différente. Ligne et piquet</p> <p>Semi dirigé. Collaboration</p>

Papier crêpe	15 min	<p><b>Danser - rythmer</b></p> <p><b>Individuel :</b></p> <p>En musique dans la salle laisser les enfants faire des mouvements, Le papier crêpe dans la main. Changer la musique pour éveiller la curiosité de l'enfant envers le rythme</p> <p><b>Variation :</b></p> <p>Au signal, à chaque fois que tu croises un camarade, un des enfants se met jambe écartée et l'autre passe dessous.</p> <p><b>Sur place :</b></p> <p>La monitrice définit des mouvements, Tourner le papier autour de la taille, entre les jambes, en haut en bas, en changeant les côtés du corps, bilatéralité. Le papier crépon peut être lancé en l'air.</p> <p><b>Groupe :</b></p> <p>Au signal les enfants forment <b>une chenille</b>, se tenant par l'épaule d'une main et avec l'autre balance le papier crêpe librement.</p> <p>Variante : demander que tous les papiers crêpes bougent sur le même côté, une fois à droite, puis une fois à gauche</p> <p><b>Faire le pont d'Avignon :</b></p> <p>Se mettre en colonne par deux, se tourner face à face, pour bouger le papier crêpe, les enfants passent par deux, puis à la fin de la colonne se remettent en place, ainsi de suite pour faire un pont d'Avignon différent et imaginaire.</p> <p><b>Mime :</b></p> <p>Un enfant montre un mouvement, ces camarades le reproduisent</p>	<p>Activité libre Observation</p> <p>Activité dirigée.</p> <p>Collaboration</p>
Défoulement	5 min.	<p>Fabrication De l'étoile filante</p> <p>Les enfants courent et lancent au ciel leur étoile, penser à la consigne on ne vise pas son copain, à ce moment-là.</p>	
Retour au calme	5 min	<p>Relaxation</p> <p>Les participants sont couchés sur le dos avec l'étoile filante sur le ventre. La monitrice lit une petite histoire</p>	<p>Activité en rond ou en essaim</p>