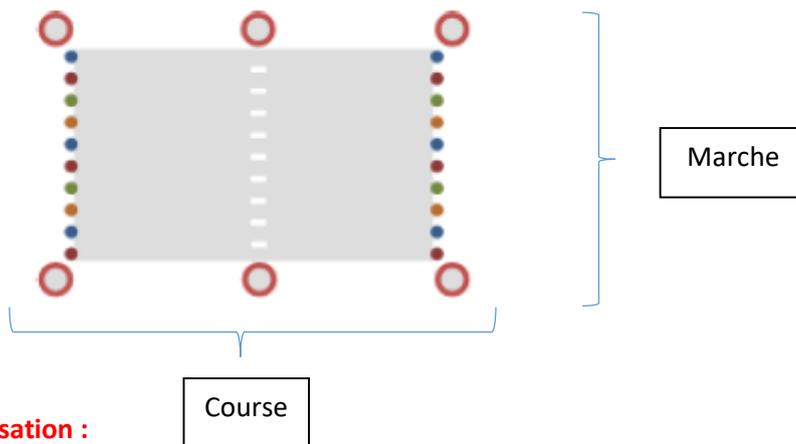


ATELIER : CARRE MAGIQUE



Organisation :

Réaliser un parcours moteur.

Les grands ronds dessinés sont les maisons. Les coupelles sont remplacées par des dessins (croix ou ronds) à la peinture, craies.... matérialisent la zone de déplacement.

Objectif : se déplacer entre les cerceaux en adaptant son mode de déplacement

- Déplacement rapide : chat, oiseau, lion, lapin....
- Déplacements lents : souris, éléphant,



Placer des pictogrammes ou dessin au sol, au départ de chaque parcours.



- Un éléphant (lourd et lent)
- Un chat (rapide et léger)
- Une petite souris (lent et léger)
- Un oiseau (rapide et léger)
- Un lapin (sauter, sans mettre les mains à terre)

Alterner lent et rapide pour éviter les rencontres et croisement.

Arrêt obligatoire à la « maison », rond dessiné : pour laisser le temps de finir son trajet, si l'enfant est trop près. Envisager des dessins d'crocodiles ou autres pour stimuler l'imagination et rester dans son cerceau. Et prévoir un chemin avec un acte moteur.

Distance qui doivent être impérativement respectées. (être 6 maximum, un par cerceau maison).

Oblige à adopter une allure régulière et calme.

Autre parcours dans la cour : dessinés au sol (craie ou peinture ou gros scotch)



1



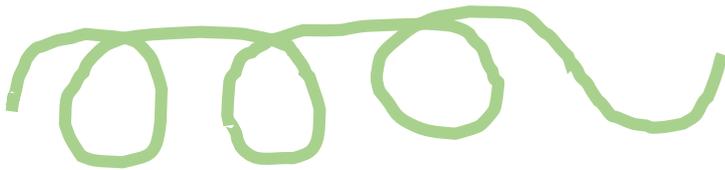
2



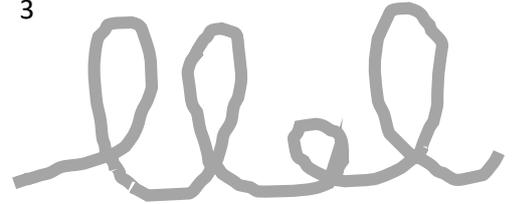
3



3



3



3



3



3



1 - zone de sauts (coordination, gainage, équilibre)

Barres posées au sol : sauter au-dessus de chaque barre : pieds joints, pieds écartés, à cloche pied..... selon l'âge



2 - slalom (coordination)

- Traces à la peinture, à la craie.... Les enfants se déplacent en slalomant autour de ces dessins .
- Mode de déplacement qui peut - être choisi (éléphant...)



3- équilibre

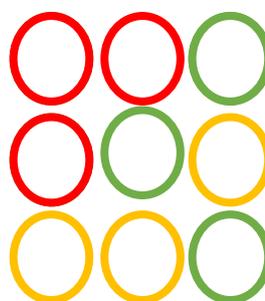
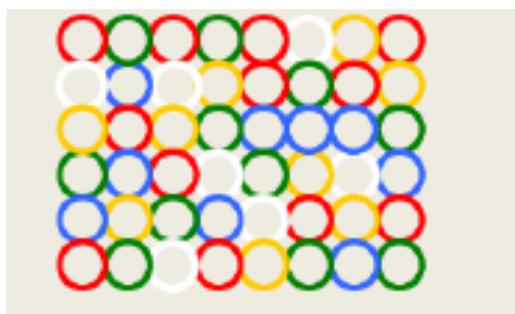
- Se déplacer en marchant sur le trait. En profiter pour travailler l'écriture de façon kinesthésique. Attention à bien intégrer le sens : mettre des repères, notamment pour le « rond »

On peut alterner ces parcours avec les sauts etc..... Entre chaque zone un cerceau pour se reposer et attendre. *Voir Deux cerceaux espacés pour permettre d'être deux si un élève termine plus vite....*



3) parcours couleur

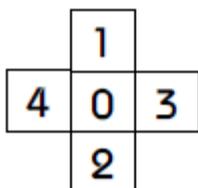
- Placer des repères de couleur, de telle sorte que l'on puisse choisir un chemin de couleur pour aller d'un endroit à l'autre, en choisissant un mode de déplacement.
- Sauter sur deux pieds, à cloche pied.....
- Déplacement minuté par une chanson.....
- Les enfants ne peuvent pas se croiser. On peut envisager plusieurs petits parcours.



- Passer d'un appui sur l'autre
- 1 pied, 2 pieds
- Entrer dans le plus grand nombre d'anneaux en un temps donné (5'', une chanson, un sablier...)
- Se retrouver seul dans un anneau au signal
- Changer de sens de déplacement dans une couleur...
- On peut utiliser également les intersections des anneaux.
- Pour les plus jeunes : utiliser un franchissement « à vue » avec éventuellement un support papier
- Travail en binôme : réaliser le même parcours que l'autre

6) les croix : Les sauts en croix

La croix est tracée au sol. On peut la remplacer par des cerceaux plats. Ou la faire à l'intérieur en utilisant le dessin des carrelages. (Nombres ou lettres)



Dans un temps chronométré (sablier pour les plus jeunes fabriqués avec eux en utilisant deux bouteilles), sauter en repassant toujours par 0.

Partir du centre de la croix :0

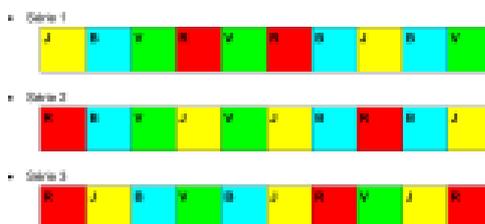
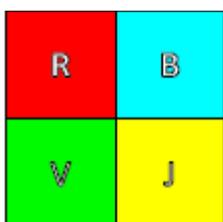
Et sauter : 0/1, 0/2, 0/3, 0/4...

Même chose sur un pied : d'abord pied droit, puis pied gauche.....

Enchaîner les 3 séries pour les plus grands.

Autre croix possible avec des cerceaux de couleurs par exemple.

Sauter en respectant une suite de couleur, selon un temps déterminé ou non.



Documents ressources :

USEP 62 et

