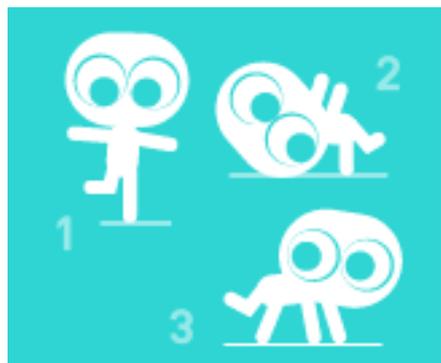


Activités de cirque



1, 2, 3 APPUIS

→ Créer des postures.

OBJECTIFS

Découvrir les parties de son corps en les nommant et les mobilisant.
Partager et déléguer des responsabilités en petits groupes.

PRINCIPE ET DÉROULEMENT

Cette activité permet d'apprendre le vocabulaire du corps et des mouvements entre le « dire » le « faire ». Le maître de séance (enseignant, parent, ..), annonce verbalement une consigne afin que chacun la réalise.

Les consignes abordent :

- le nombre de contacts avec le sol : toucher le sol avec « x » appuis (de 0 à 10) ;
- la nature des contacts : toucher le sol avec un coude et un genou, une épaule et deux mains et un pied...
- les postures : flamant rose sur une patte, quatre-pattes, bassin au-dessus des épaules...

CONSEILS

Plus les enfants sont âgés, plus ils pourront respecter et faire respecter des détails de la posture (latéralisation, placements de doigts, orientation des yeux...).

Les consignes comprenant un degré de liberté dans la réalisation permettront à chacun de s'engager en fonction de ses pouvoirs moteurs, de sa créativité et de ses motivations.

ÉVOLUTION

Les consignes peuvent être présentées au fil d'un petit scénario. Les enfants captent les éléments de l'histoire pour les réaliser :

- soit les chiffres pour connaître le nombre d'appuis au sol : « C'est l'histoire de trois tigres... » ;
- soit les postures à reproduire : « C'est l'histoire d'une trapéziste qui a toujours la tête à l'envers... ».

Il est possible de dessiner des postures à reproduire ou d'utiliser des photos.