



Fiche d'activité
Eveil corporel
Séance 1

DESCRIPTION

Au travers de différents ateliers, l'enfant va prendre conscience de son corps et des mouvements qu'il peut réaliser.

OBJECTIFS :

- Adapter ses déplacements à différents types d'environnements
- Utiliser son corps pour communiquer
- Exploiter l'espace
- Maîtriser les appuis et les déplacements

DEROULEMENT

1. Appel
2. Echauffement

Les enfants se mettent en cercle et réalisent la série d'échauffement (tête, épaules, main, dos, bassin, jambes, pieds...)



3. Répartition des enfants en 5 groupes. Chaque groupe commence par un atelier :



❖ **ATELIER 1 :** « **Le funambule** »

Matériel : *La poutre est installée. Des bancs peuvent être mis à la suite pour prolonger le parcours et/ou proposer différentes hauteurs.*

L'enfant parcourt la poutre d'une extrémité à l'autre. On pourra augmenter la difficulté en lui donnant un objet à tenir dans les mains (ballon, bâton...)

Par ligne

❖ **ATELIER 2 :** « **Le loup et les tortues** »

Matériel : *Installer le tapis bleu.*

Sur les tapis, un enfant désigné est le loup. Les autres sont des tortues : se déplaçant uniquement à quatre pattes, elles doivent rouler sur le dos et agiter les pattes pour devenir intouchables. Tortue attrapée devient le loup.

❖ **ATELIER 3 : « Le poirier »**

Matériel : *Former un espace avec les tapis jaunes, la pente et le rouleau et descendre le tapis fixé au mur (à côté de la salle du matériel).*

Sur les tapis, l'enfant réalise des galipettes. On peut installer le plan incliné pour modifier la difficulté. Pour le poirier, on installe un tapis contre le mur et l'animateur accompagne l'enfant dans l'impulsion et la descente si besoin.

❖ **ATELIER 4 : « Le miroir »**

Matériel *Des cerceaux sont installés par terre pour appréhender les notions d'espace (dessus, dedans, dessous, à côté...)*

Un enfant est le « maître », les autres seront les « reflets ». Le « maître » se positionne face aux autres. Les « reflets » doivent imiter les mouvements du « maître ». On changera de « maître » durant le jeu.

❖ **ATELIER 5 : « Le message secret »**

Matériel : *Installer deux tapis jaunes en longueur et utiliser les cartes « formes ».*

Les enfants sont assis les uns derrière les autres. On montrera une forme au dernier enfant de la file. Il devra la reproduire sur le dos de celui qui est positionné devant et ainsi de suite. On présentera toutes les formes au premier enfant de la file qui devra deviner celle qui lui a été dessinée. Pour la continuation du jeu, le premier enfant se positionnera à la fin de la ligne pour commencer la nouvelle partie.

4. Activité de groupe :

On réunit les enfants pour l'activité de fin de séance : épervier, patate chaude...



5. Regroupement :

Les enfants s'allongent sur les tapis pour le temps calme. Ils ferment les yeux. On les fait s'asseoir et ils partent un par un avec l'adulte venu les chercher.

