



Fiche d'activité
Eveil corporel
Séance 2

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 :



Par ligne

❖ **ATELIER 1 et 2 : « Les pyramides »**

Matériel : *Installer 2 espaces. Un avec le tapis bleu et un second avec les tapis jaunes + fiches « Acrosport ».*

En binôme, les enfants réaliseront les figures proposées sur les fiches. *Attention à l'équilibre des binômes.*

❖ **ATELIER 3 : « Le twister »**

Matériel : *On installe les tapis. Avec le masking tape, tracez des formes sur les tapis en alternant carrés et triangles.*

Demandez aux enfants de poser tantôt un pied, tantôt une main sur un triangle ou un carré.

❖ **ATELIER 4 : « Les défis »**

Matériel : *Utiliser les cartes « Défis »*

Un enfant piochera une carte de chaque couleur ACTION, COMPLEMENT ACTION et DUREE. Le premier vient tirer au sort un papier de chaque couleur et se retrouve par exemple avec : « on saute » « sur un pied » « pendant 10 secondes ». Et c'est parti : tout le monde s'exécute! Les dix secondes écoulées, au suivant de piocher!

❖ **ATELIER 5 :** « **Le parachute** »

Matériel *Utiliser le parachute et les balles en mousse*

Chaque enfant tient une partie du parachute. On variera les activités : conserver toutes les balles à l'intérieur ou au contraire les faire toutes sortir.

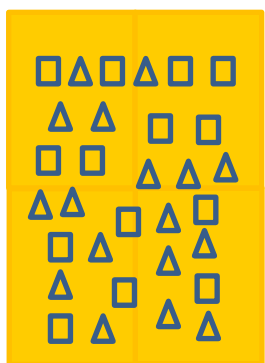
4. Activité de groupe :

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.

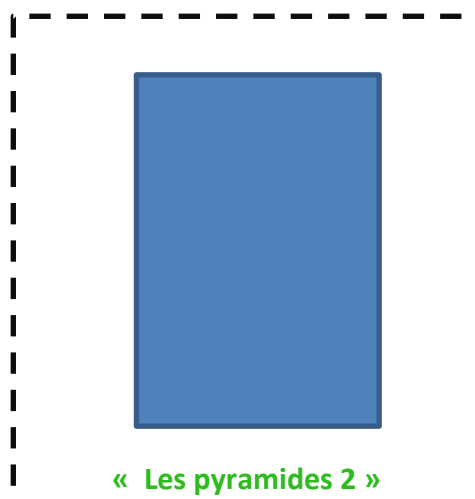
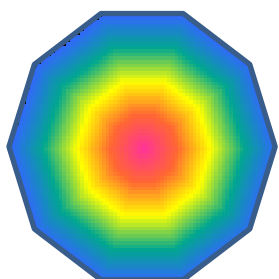


« Le twister »



« Les défis »

« Le parachute »



« Les pyramides 2 »

« Les pyramides 1 »

