



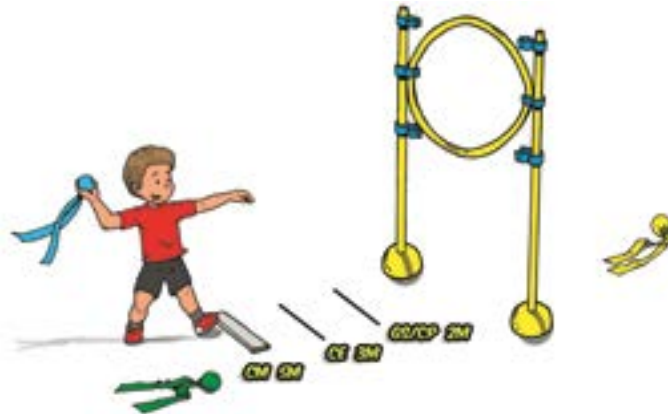
ADRESSE

EDUCATEUR

Objectif Lancer de précision à bras cassé.

SITUATION

Matériel Un cerceau, deux supports, une latte, des balles comètes ou autres projectiles de même type.



ENFANT

Niveau	GS/CP	CE	CM
But	Je lance dans la cible.		
Critère de réalisation	Je lance en ayant le bras lanceur au-dessus de mon épaule.		
Critère de validation	Je réussis un lancer sur les 3 possibles.		
Apprentissage de la sécurité	Les enfants vont chercher les comètes derrière la cible avant de tirer dans celle-ci.		

CONSTRUCTION DE LA NOTION DE PERFORMANCE

Performance	J'ai réussi à atteindre la cible sur les 3 essais possibles.
Mesure de la performance	Je prends un bouchon dès que la cible est atteinte.
Résultat	Je dépose le bouchon dans mon seau de performance. Les bouchons seront additionnés pour donner le résultat de l'équipe.

TRUCS & ASTUCES

- Mettre la cible devant un mur ou tendre une bâche à la verticale afin d'éviter la dispersion des projectiles.
- La préparation de l'atelier peut se faire à partir des situations proposées par les fiches Anim'Athlé n° 1, 2, 3, 10, 21, 22.



ÉQUILIBRE DYNAMIQUE

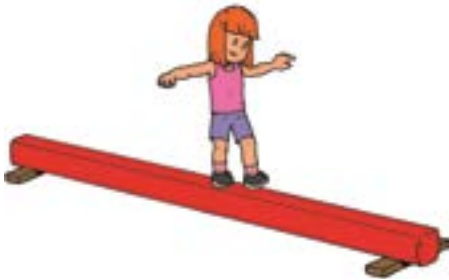
EDUCATEUR

Objectif Conserver un équilibre à partir d'un déplacement contraint.

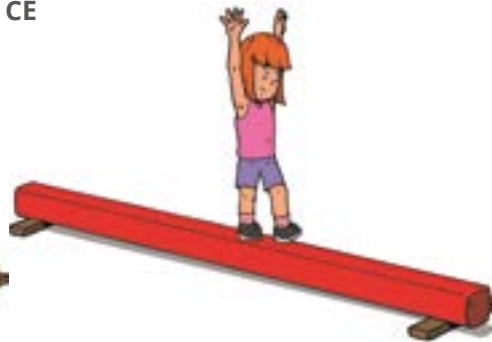
SITUATION

Matériel Une poutre de 3 mètres stabilisée au sol et d'une hauteur ne dépassant pas 20 cm.

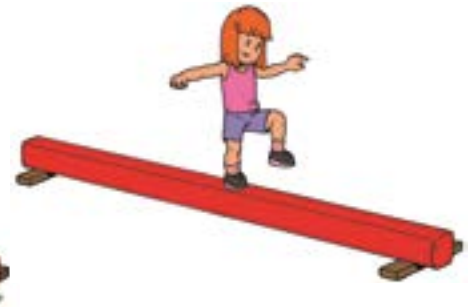
GS/CP



CE



CM



ENFANT

Niveau	GS/CP	CE	CM
But	Je traverse la poutre d'un bout à l'autre sans poser le pied au sol.		
Critère de la réalisation	Je traverse librement la poutre.	Je traverse avec les bras tendus au-dessus de la tête.	Je traverse en levant les genoux très haut à chaque pas (pas de géant).
Critère de validation	Je réussis une traversée sur les 3 possibles.		
Apprentissage de la sécurité	Si nécessaire, j'essuie les semelles de mes chaussures afin de favoriser une meilleure adhérence sur la poutre.		

CONSTRUCTION DE LA NOTION DE PERFORMANCE

Performance	J'ai réussi une traversée sur les 3 essais possibles.
Mesure de la performance	Je prends un bouchon dès que la traversée est réussie.
Résultat	Je dépose le bouchon dans mon seau de performance. Les bouchons seront additionnés pour donner le résultat de l'équipe.

TRUCS & ASTUCES

- La poutre peut être un madrier (7 x 7cm). Dans ce cas, mettre à chaque extrémité des équerres en bois.
- Un adulte peut se positionner au bout de la poutre afin, d'une part, de stabiliser celle-ci si elle ne dispose pas d'équerres, d'autre part, de finaliser la traversée par un contact avec la main de l'enfant.
- Si les conditions atmosphériques sont trop défavorables (risque de glissade), ne pas faire cet atelier.



ÉQUILIBRE STATIQUE

EDUCATEUR

Objectif

Conserver un équilibre à partir d'une position immobile contrainte.

SITUATION

GS/CP



CE



CM



ENFANT

Niveau	GS/CP	CE	CM
But	Je tiens mon équilibre le temps de compter jusqu'à 15.		
Critère de la réalisation	Je tiens l'équilibre sur un pied.	Je tiens l'équilibre sur un pied en tenant une de mes jambes.	Je tiens l'équilibre sur un pied en fermant les yeux.
Critère de validation	Je réussis un équilibre sur les 3 possibles.		
Apprentissage de la sécurité	Je m'écarte de mes camarades afin de ne pas les gêner.		

CONSTRUCTION DE LA NOTION DE PERFORMANCE

Performance	J'ai réussi un équilibre sur les 3 essais possibles.
Mesure de la performance	Je prends un bouchon dès que l'équilibre est réussi.
Résultat	Je dépose le bouchon dans mon seau de performance. Les bouchons seront additionnés pour donner le résultat de l'équipe.

TRUCS & ASTUCES

- On peut demander aux enfants de tenir en équilibre sur des demi-sphères.



COORDINATION

EDUCATEUR

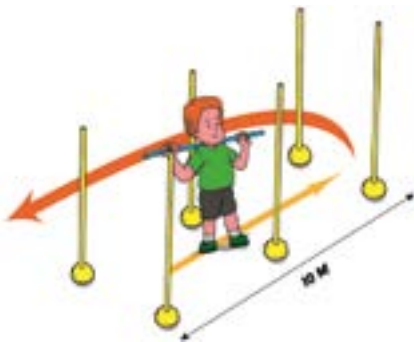
Objectif Prendre en compte son espace de déplacement.

SITUATION

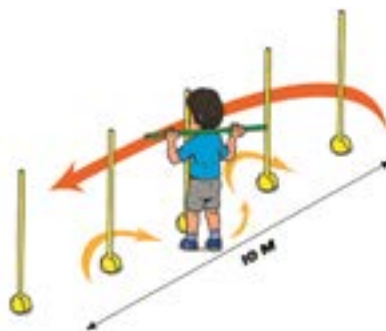
Matériel Un bâton ou un manche en bois de 1m50 et des jalons de 1m50

Consigne Je tiens avec mes 2 mains le bâton sur mes épaules. Je fais le retour sur le côté du parcours.

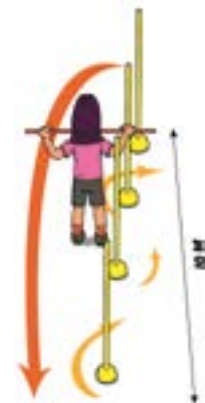
GS/CP



CE



CM



ENFANT

Niveau	GS/CP	CE	CM
But	Dans mon déplacement, je ne touche pas les jalons avec mon bâton.		
Critère de la réalisation	Je traverse le couloir en pas chassés.	J'effectue un slalom.	J'effectue un slalom en restant de face par rapport à la direction du déplacement.
Critère de validation	Je réalise un parcours complet sans toucher de jalon sur les 3 passages possibles.		
Apprentissage de la sécurité	En dehors du parcours, je respecte les espaces de circulation et je reste vigilant pour la sécurité des autres.		

CONSTRUCTION DE LA NOTION DE PERFORMANCE

Performance	J'ai réussi un parcours sur les 3 possibles.
Mesure de la performance	Je prends un bouchon dès que le parcours est réussi.
Résultat	Je dépose le bouchon dans mon seau de performance. Les bouchons seront additionnés pour donner le résultat de l'équipe.



FORCE

EDUCATEUR

Objectif Déclencher le lancer à partir des jambes.

SITUATION

Matériel Deux lattes, des medecine ball de 1kg

Consigne **GS/CP/CE** Je tiens le medecine ball à 2 mains au niveau de ma poitrine, mes pieds sont au même niveau.

CM Je tiens le medecine ball à 2 mains au niveau de ma poitrine, mes pieds sont décalés.

GS/CP



CE



CM



ENFANT

Niveau

GS/CP

CE

CM

But

Je dois atteindre la zone cible.

Critère de la réalisation

Je lance de face en franchissant la latte.

Je saute la première latte et je lance de face en franchissant la seconde latte.

Je saute à cloche pied la première latte et je lance de face en franchissant la seconde latte toujours à cloche pied.

Critère de validation

Je réussis un lancer sur les 3 possibles.

Apprentissage de la sécurité

Les enfants vont chercher les medecine ball dans la zone de lancer avant de commencer leurs lancers.

CONSTRUCTION DE LA NOTION DE PERFORMANCE

Performance

J'ai réussi un lancer sur les 3 possibles.

Mesure de la performance

Je prends un bouchon dès que le lancer est réussi.

Résultat

Je dépose le bouchon dans mon seau de performance. Les bouchons seront additionnés pour donner le résultat de l'équipe.

TRUCS & ASTUCES

- La préparation de l'atelier peut se faire à partir des situations proposées par les fiches Anim'Atlhé n°12, 20.



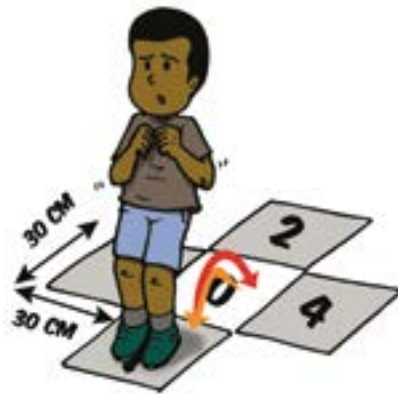
EDUCATEUR

Objectif Rythmer un déplacement en rebondissant.

SITUATION

Matériel Une croix composée de 5 dalles de 30 x 30 cm numérotées de 0 à 4, tracée sur le sol à la craie ou à la bombe aérosol.

Consigne Je réalise l'enchaînement de rebonds en respectant l'ordre suivant : « 0 », « 1 », « 0 », « 2 », « 0 », « 3 », « 0 », « 4 », « 0 » (à chaque fois, je repasse par la dalle centrale).



ENFANT

Niveau	GS/CP	CE	CM
But	Je rebondis le plus vite possible.		
Critère de la réalisation	Je réalise 2 enchaînements à la suite.	Je réalise un enchaînement en tapant des mains à chaque case 1, 2, 3, 4.	Je réalise un enchaînement en levant le bras à chaque passage dans la zone centrale « 0 ».
Critère de validation	Je réussis un enchaînement sur les 3 possibles.		
Apprentissage de la sécurité	Je respecte les sens de circulation dans l'atelier.		

CONSTRUCTION DE LA NOTION DE PERFORMANCE

Performance	J'ai réussi un enchaînement sur les 3 possibles.
Mesure de la performance	Je prends un bouchon dès que l'enchaînement est réussi.
Résultat	Je dépose le bouchon dans mon seau de performance. Les bouchons seront additionnés pour donner le résultat de l'équipe.

TRUCS & ASTUCES

- La préparation de l'atelier peut se faire à partir de la situation proposée par la fiche Anim'Athlé n° 15.

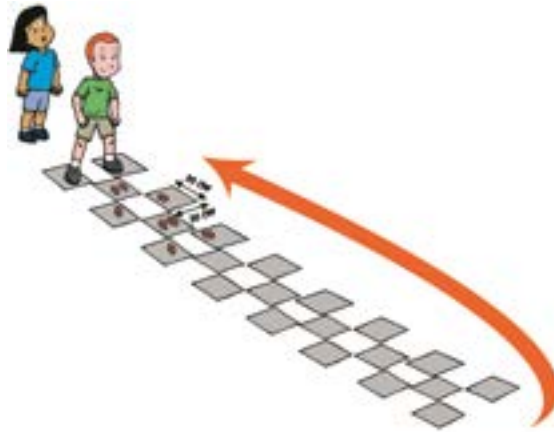
7 REBONDS

EDUCATEUR

Objectif Rebondir sans marquer de temps d'arrêt dans l'enchaînement.

SITUATION

Matériel Une marelle composée de 21 dalles de 30 x 30 cm, tracée sur le sol à la craie ou à la bombe aérosol.



ENFANT

Niveau	GS/CP	CE	CM
But	Je réalise l'enchaînement aller.		
Critère de la réalisation	Je respecte l'enchaînement pieds serrés/pieds écartés.	Je respecte l'enchaînement 2 pieds/1 pied.	Je respecte l'enchaînement 2 pieds/ 1 pied en inversant la pose de mes pieds à chaque fois.
Critère de validation	Je réussis un enchaînement sur les 3 possibles.		
Apprentissage de la sécurité	Je respecte les sens de circulation dans l'atelier (marelle uniquement à l'aller).		

CONSTRUCTION DE LA NOTION DE PERFORMANCE

Performance	J'ai réussi un enchaînement sur les 3 possibles.
Mesure de la performance	Je prends un bouchon dès que l'enchaînement est réussi.
Résultat	Je dépose le bouchon dans mon seau de performance. Les bouchons seront additionnés pour donner le résultat de l'équipe.

TRUCS & ASTUCES

- La préparation de l'atelier peut se faire à partir de la situation proposée par la fiche Anim'Athlé n° 5.



SOUFFLE

EDUCATEUR

Objectif

Contrôler sa respiration après un effort.

SITUATION

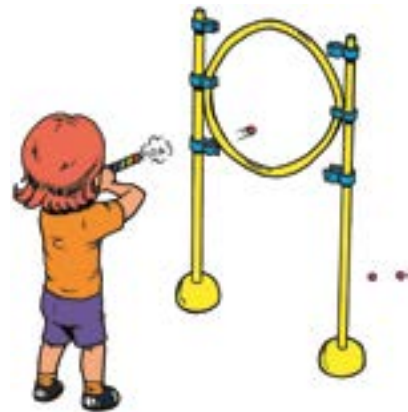
Matériel

Un moulin à vent (voir montage fiche annexe). Un cerceau, deux supports, une latte, une sarbacane (tube en carton ou en PVC de 15 cm de long). Le diamètre intérieur est adapté à la taille des boulettes en papier projetées (diamètre de 1,6 cm pour les boulettes utilisées lors des fêtes).

GS/CP



CE/CM



ENFANT

Niveau	GS/CP	CE/CM
But	Je souffle très longtemps.	Je souffle très fort
Critère de la réalisation	Je fais tourner le moulin entre 5 et 10".	J'envoie une boulette dans la cible.
Critère de validation	Je réussis un essai sur les 3 possibles.	Je réussis un lancer sur les 3 possibles.
Apprentissage de la sécurité		Je lave l'embout de la sarbacane ou je change de tube s'il est en carton.

CONSTRUCTION DE LA NOTION DE PERFORMANCE

Performance	J'ai réussi à faire tourner le moulin pendant 5" au moins ou j'ai réussi un lancer sur les 3 possibles.
Mesure de la performance	Je prends un bouchon dès que l'épreuve est réussie.
Résultat	Je dépose le bouchon dans mon seau de performance. Les bouchons seront additionnés pour donner le résultat de l'équipe.

TRUCS & ASTUCES

- Mettre la cible devant un mur ou tendre une bâche à la verticale afin d'éviter la dispersion des boulettes en papier.



CONCENTRATION

EDUCATEUR

Objectif Gérer son attention après un effort physique.

SITUATION

Matériel Une table, 10 cubes, jeu de cartes memory (voir fiches en annexe) ou fiche « Kim visuel » (voir fiches en annexe)

GS/CP



CE



CM



ENFANT

Niveau	GS/CP	CE	CM
But	J'essaie de me calmer et de me concentrer le plus rapidement possible.		
Critère de la réalisation	Je fais une pyramide avec les cubes.	Je mémorise les cartes pour les regrouper 2 à 2.	Je retrouve l'objet manquant.
Critère de validation	Je monte une pyramide sur 3 essais possibles.	Je retrouve les groupements de cartes.	Je retrouve l'objet manquant.
Apprentissage de la sécurité	J'attends mon tour et je respecte les espaces de jeu et d'attente.		

CONSTRUCTION DE LA NOTION DE PERFORMANCE

Performance	J'ai réussi à faire une pyramide sur les 3 essais possibles ou j'ai réussi à faire les regroupements ou j'ai réussi à retrouver l'objet manquant.
Mesure de la performance	Je prends un bouchon dès que l'épreuve est réussie.
Résultat	Je dépose le bouchon dans mon seau de performance. Les bouchons seront additionnés pour donner le résultat de l'équipe.

TRUCS & ASTUCES

Les autres façons de jouer au Kim visuel : déposer 5 objets sur une table (ou plus selon l'âge des enfants) et laisser un temps d'observation de 10 secondes (plus ou moins selon l'âge des enfants) :

- **Kim caché** : On recouvre les objets avec un tissu. Le joueur doit citer tous les objets, sans en oublier.
- **Kim ajouté** : Après observation le joueur ferme les yeux et le meneur en profite pour ajouter un objet. Quel est cet objet ?
- **Kim retiré** : Après observation le joueur ferme les yeux pendant que le meneur de jeu retire 1 objet. Quel objet est manquant ?
- **Kim échangé** : Après observation le joueur ferme les yeux, le meneur en profite pour échanger la place de 2 objets. Lesquels ont été échangés ?
- **Kim déplacé** : Après observation le joueur ferme les yeux et le meneur déplace 1 objet. Quel objet est-ce ? Quelle était sa place avant l'échange ?
- **Kim ordonné** : Placer les objets en ligne dans un ordre quelconque. Après observation le joueur ferme les yeux. Le meneur change l'ordre des objets. Le joueur devra alors les repositionner tels qu'ils étaient initialement.