



Classe :	Effectif : ... élèves	Durée : période	Lieu :
Thèmes et intentions : CM 11			
Expérimenter différentes fonctions et réactions du corps en adaptant son comportement aux règles fondamentales de sécurité.			
Ressources : Fiche EPS 38 (6-8 ans) / Manuels 3. Brochure 3 : page 27 et 28			

Objectifs	Matière	Organisation / contrôle	Suite ?
<p>1^{ère} partie : Echauffement</p> <ul style="list-style-type: none"> - Avoir chaud -Avoir augmenté son rythme cardiaque - Mobilisation des articulations sollicitées par l'activité <p>2^{ème} partie : Jeux de lutte : Attaquant : Quelle prise ? + S'opposer au déplacement (progression) en respectant règles de sécurité</p>	<p>1/ La queue du diable Course dans la salle avec sautoir accroché au short: attraper le sautoir et le mettre autour de taille, celui qui a perdu sautoir va en chercher un autre.</p> <p>2/ Par 3-4 / 2 Tapis: Les bûcherons et les rondins : A joue le rôle du rondin de bois, il est à plat ventre, les bras dans le prolongement du tronc (les bras touchent les oreilles). B à genoux à côté de lui va faire rouler le rondin en le faisant tourner lentement dans l'axe, en avant, en arrière</p> <p>3/ Pince mi – pince moi Les enfants sont par 2. Un nombre équivalent de pinces à linge sont accrochées à leurs vêtements (aux manches, à la taille, devant, derrière). Enlever le plus vite possible les pinces à linge de son partenaire au signal.</p>	<p>Sautoirs</p>  <p>POUR EXERCICE N°2 : mettre l'accent sur j'accompagne camarade, je le retiens : différent de je pousse fort et je lâche.</p> 	<p>Autres idées pour poursuivre thème n°4 : Classeur salle des maîtres et / ou site internet education-physique-sportive.weebly.com</p>

3^{ème} partie :
Enchaîner plusieurs combats en changeant d'adversaire

4^{ème} partie : retour au calme

4/ La limace et la salade :

Le joueur B (la limace) se couche sur le ventre, le joueur A l'immobilise. Au signal, B essaie de toucher la « salade » (balle) qui se trouve placée devant lui (à 1m50 / 2m environ).
Interdiction de tenir les chevilles.

Départ commun, en silence, face à face à genoux-assis. Se saluer. Arrêt combat au coup de sifflet, se remettre face à face à genoux.
Il y a point lorsque : Une partie du corps sort de l'aire

Selon ce que le maître dit : « Pic / Force / Plat / Dos », les élèves doivent réaliser le bon geste.
Variante : le maître dit et montre parfois un faux geste, les élèves ne doivent pas se laisser avoir.

