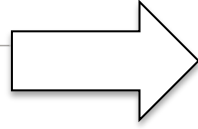
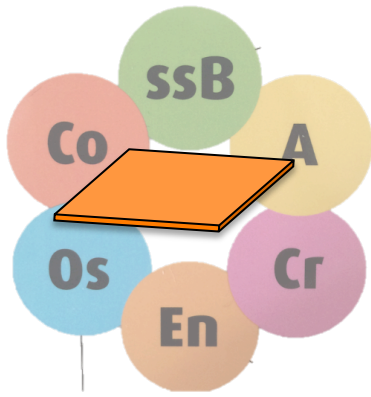


# Tourner - Rouler



**MISE EN TRAIN - ENCOURAGER LA DIVERSITÉ**

Tapis : 4 jeux avec la rosace des sens

**JEU DU MOIS : HOCKEY**

*L'hockey est considéré le sport collectif le plus rapide du monde. En effet, la glace permet aux joueurs de se déplacer vite et au puck de glisser rapidement lors des échanges. Les joueurs doivent être très habiles avec la canne tout en faisant attention à ne pas la lever pour la sécurité des autres joueurs.*

**SALLE DE GYMNASTIQUE**

**Entraînement**

- Chaque joueur se déplace avec une canne (bâton) et un puck (anneau). Dès que 2 joueurs se rencontrent, ils échangent leurs puck.
- Valoir les signaux. Signal A : j'échange avec un joueur qui a le puck de la même couleur ; signal B : j'échange avec un joueur qui a le puck de la couleur différente.
- Seulement la moitié des joueurs ont des puck. Chaque joueur doit, au signal, le confier rapidement à un joueur sans anneau

**Jeux**

- 4-5 joueurs possèdent des puck et tentent de s'en débarrasser en touchant les joueurs qui n'ont pas de puck.
- Former deux équipes, chaque joueur a un puck. Les puck sont posés derrière la ligne de fond de chaque équipe. Au signal, chaque joueur court dans le terrain adverse, récupérer un puck et le transporter dans sa zone (derrière la ligne de fond). Le but du jeu est de récupérer le maximum de puck en 1 min de jeu.

**Matériel** : Cannes suédoises, anneaux rouges

**Règle** : Le bout de la canne et l'anneau restent

Une demi salle en autonomie avec **LE THÈME DU MOIS**

Une demi salle avec l'enseignant-e **POSTES À DEUX NIVEAUX.**

**1-2P**

10. J'ai roulé en avant.



**3P**

5. J'ai roulé en avant...



- E
- R en posant correctement les mains
- R en rentrant la tête
- R en me relevant sans l'aide des mains

**4P**

8. J'ai tourné en arrière...



- E
- R entre les anneaux
- R entre les perches obliques
- R dans 3 situations différentes

**5P**

CM23/5.7

Effectuer une rotation en avant, en partant les pieds au sol...



- E
- R: sur un tapis
- BR: sur 1 élément de caisson
- TBR: sur 2 éléments de caisson

**SOURCES**

- Photos : Fiches ASEP Gym aux agrès
- Dossier "Je tourne ou Je roule" HEP Valais
- Fiches didactiques et Manuels

+ CM23/5.3 et CM23/5.26

## POURSUITE TAPIS

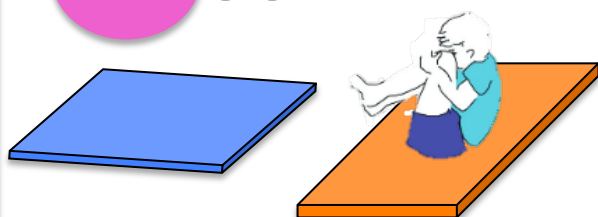


Matériel : Salle vide et un chariot de tapis

Comment ?

2 tapis de chasseurs (4 enfants pour les 1-2P / 3P / 4P et 2 enfants par tapis pour les 5-6P ) poursuivent les élèves dans une ½ salle. Dès que ceux-ci sont touchés, ils se rendent vers le chariot et attendent les camarades pour former un nouveau groupe de chasseurs, jusqu'à ce que tout le monde soit touché.

## Créer



## PROUESSES ARTISTIQUES

Matériel : Les tapis sont disposés dans toute la salle  
2 élèves par tapis

Les exercices suivants sont exécutés en alternance

- **Franchir le tapis** dans le sens de la largeur
- **Bascule sur le dos**: Assis sur un tapis, genoux ramenés à la poitrine et mains derrière les cuisses (comme un "paquet"): se laisser tomber en arrière, puis rouler à nouveau à la position assise avant que la nuque ne touche le tapis. Répéter le mouvement (dos rond).
- **Tour du tapis en appui facial**
- **Rotation de la posture C+ à C-** sans toucher le sol avec les mains ou les pieds

## Oser



## CHASSE AUX COCCINELLES

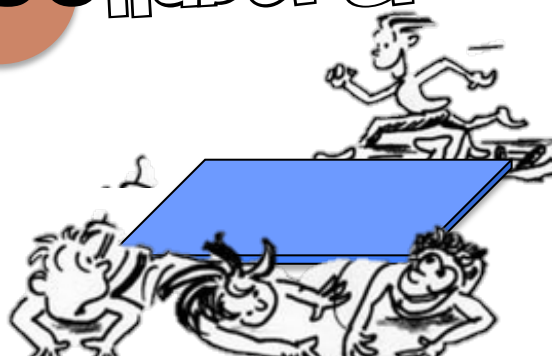
Matériel : 2 élèves par tapis

Comment ?

A est couché sur le dos sur un tapis; les jambes légèrement fléchies sont dirigées vers B. Par des accélérations et des feintes, B essaie de se placer à côté de A et de lui poser un sautoir sur le ventre. A n'a pas le droit de battre des pieds ou de donner des coups à son adversaire.

Variante : A s'agenouille sur le tapis pendant que B essaie de toucher les talons de A sans monter sur le tapis. Changer ensuite les rôles

## Collaborer



## LE TRAIN

Matériel : 4 élèves (environ), couchés côte à côte forment un tapis roulant. Un tapis est posé sur eux.

Comment ? Les élèves commencent à rouler autour de leur axe longitudinal pour faire avancer le tapis. Dès que le tapis arrive au bout du rouleau, l'élève libéré se replace devant. Ainsi de suite pour faire traverser la salle au tapis.