



## Rencontre PS MS GS- équilibre

*Le document présente des situations a priori destinées aux élèves de PS et MS. Chaque atelier peut être aménagé à partir de variables de complexification pour les GS.*

Le principe premier de cette rencontre est de mobiliser les élèves sur la construction d'équilibres dans des situations dynamiques. Ceci exclut les équilibres statiques. L'enjeu est de mobiliser les élèves sur des situations où leur équilibre est perturbé dans un mouvement ou un déplacement.

Les situations proposées doivent pouvoir être mises en place avec un matériel réduit et facilement déplaçable.

Les objectifs d'apprentissages visent :

- le développement d'habiletés proprioceptives
- le développement de coordinations élémentaires
- le développement des capacités de rééquilibrations dynamiques

Les situations présentées ci-dessous doivent permettre à chaque enseignant des les installer selon le matériel disponible. Elles pourraient être utilisées selon un forme de rencontre en plusieurs temps

1 – Rencontre 1 pour une durée de 1H30 environ – les élèves participent au plus grand nombre d'ateliers. Leurs productions sont évaluées.

2 – Exploitation dans la classe des photos relatives à la rencontre. Deux types de photos pourront être mise à disposition des enseignants : des photos des ateliers, des photos d'élèves en action.

Ces supports peuvent être utilisés pour permettre aux élèves d'énoncer les consignes et les règles d'utilisation des ateliers. L'objet est de profiter du vécu commun des élèves et de la distance avec l'action pour l'évoquer. Il sera ainsi possible de travailler sur l'expression orale mais aussi sur la relation oral/écrit (par exemple à partir de la dictée à l'adulte pour écrire la légende des photos)

Les apprentissages moteurs peuvent être poursuivis en classe pour préparer une nouvelle rencontre sur la base des mêmes ateliers.

3 – Rencontre 2 (plusieurs semaines après la rencontre 1) – évaluer la progression des élèves

Situation	Consigne 1	Dispositif	Matériel	Variables
<b>1 - Traversée de rivières</b>	Franchir l'espace sans poser les pieds ou une autre partie du corps en dehors des disques posés sur le sol	Plusieurs disques sont posés sur le sol  Le départ et l'arrivée sont matérialisés et différenciés.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Disques « anti-dérapants » (leur taille correspond environ à l'aire nécessaire à la pose de deux pieds)</li> <li>● ballons</li> </ul>	Pour complexifier ou simplifier : <ul style="list-style-type: none"> <li>● modifier les écarts et/ou les alignements des disques</li> <li>● varier les contraintes de déplacements en perturbant les conditions d'équilibration : <ul style="list-style-type: none"> <li>- transporter un ballon encombrant tenu par 2 mains</li> <li>- déplacer 2 ballons (1 sur chaque main) en les portant</li> </ul> </li> <li>● limiter le nombre d'appuis par disque</li> </ul>
<b>2 – dédale de tapis</b>	Franchir l'espace sans poser les pieds en dehors des tapis	Des tapis (type moquette) sont disposés sur le sol avec un écart suffisamment important pour ne pas être franchi directement par un pas	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Des rectangles ou disques (type moquette ou lino avec anti-dérapant) suffisamment grand pour se réceptionner après un saut</li> <li>● ballons</li> </ul>	Idem ci-dessus
<b>3 – parcours de galets</b>	Franchir l'espace sans poser les pieds en dehors des demi-sphères	Un parcours est tracé à l'aide de ½ sphères. L'écart doit pouvoir être franchi par un pas sans appui intermédiaire.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Demi-sphères antidérapantes</li> <li>● ballons</li> </ul>	Idem ci-dessus

Situation	Consigne 1	Dispositif	Matériel	Variables
<b>4 – poutres</b>	Franchir l'espace sur la poutre ou le chemin de sol sans poser les pieds au sol ou sans chuter	Des poutres ou des blocs hauts alignés  (Un matériel type caissettes peut convenir)	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Poutres</li> <li>● ballons</li> <li>● foulards</li> <li>● gobelets</li> </ul>	Idem ci-dessus + <ul style="list-style-type: none"> <li>● créer des obstacles sur la poutre</li> <li>● avec des foulards (ne pas poser le pied sur les foulards)</li> <li>● avec des gobelets (ne pas renverser les gobelets)</li> <li>● passer sous des barres ou entre des barres rapprochées (modification du positionnement du centre de gravité)</li> </ul>
<b>5 - franchissement d'obstacles hauts</b>	Franchir l'espace sans renverser les obstacles (ou sans les toucher)	Parcours jalonné d'obstacles hauts très proches (l'écart entre un obstacle permet de placer une ou deux jambes maximum)	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Lattes</li> <li>● cônes</li> </ul>	Idem situation 1
<b>6 – franchissement de portes</b>	Franchir l'espace en passant par les « portes » sans toucher les montants verticaux	Un parcours est matérialisé par des « portes ». L'écart entre les montants permet ou impose à un élève de passer de profil.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Tubes ou barres</li> <li>● caissettes ou supports qui peuvent maintenir les barres verticalement</li> <li>● ballons</li> </ul>	Les parcours sont effectués de façons différentes : seul <ul style="list-style-type: none"> <li>● en duo (2 élèves se donnent la main)</li> <li>● avec un ballon encombrant (type football)</li> <li>● avec deux ballons (un dans chaque main)</li> </ul>

Situation	Consigne 1	Dispositif	Matériel	Variables
<b>7 – échasses</b>	Franchir un espace sans poser le pied sur le sol	Parcours qui impose aux élèves de : <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ franchir des obstacles hauts</li> <li>✓ franchir des obstacles étroits</li> </ul>	échasses cônes barres lattes	
<b>8 – trottinette</b>	Franchir un espace sans perdre l'équilibre (ne pas poser le pied longtemps sur le sol)	Parcours qui impose aux élèves de : <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ diriger l'engin (changements d'orientation)</li> <li>✓ franchir des espaces sans poser le sol (= produire de la vitesse)</li> <li>✓ s'arrêter le plus près possible d'un obstacle</li> <li>✓ passer sous une barre</li> <li>✓ rouler sur une bande étroite</li> </ul>	Trottinettes cônes barres lattes	
<b>9 - Déplacements d'objets</b>	Franchir un espace en déplaçant des objets divers	Des zones sont tracées avec un départ et une arrivée. Les élèves doivent déplacer des objets différents : <ul style="list-style-type: none"> <li>● gobelets sur un plateau</li> <li>● un bâton posé sur deux bâtons tenus dans les mains</li> <li>● un ballon porté sur deux bâtons tenus dans les mains</li> </ul>	Plateaux gobelets baguettes ballons	Ces supports peuvent être utilisés dans des ateliers installés parallèlement. Les déplacements peuvent s'inscrire dans des jeux conçus sur le principe du déménagement ou des relais

1 Elle contient pour les élèves le critère de réussite et le but de la tâche sans leur dire comment ils doivent faire.