

# ***ATELIERS ET JEUX A DOMINANTE EQUILIBRE***

Vous trouverez dans ce document des situations à réaliser mettant en jeu des compétences motrices visant à développer l'équilibre. Elles ont été préparées et pratiquées en vue d'une rencontre sportive USEP maternelles.

Les exercices peuvent être réalisés classe entière ou par petites équipes de 6 ou 7 joueurs pour une meilleure participation.

Lire en classe la fiche technique décrivant la situation puis laisser les enfants expérimenter pour trouver les meilleures stratégies permettant de réaliser le plus grand nombre de relais dans un temps donné (5 minutes) ou bien de faire un nombre de relais (25 par exemple) le plus rapidement possible.

## **Présentation du document :**

Le conducteur pour une rencontre inter classes ou inter écoles	p2
La fiche d'organisation pour la rencontre	p3
Les descriptifs des ateliers relais	p4
Le descriptif des jeux de règle collectifs	p6

**CONDUCTEUR COORDINATION    RENCONTRE INTER-ECOLES    MATERNELLES**  
**Ateliers et jeux d'équilibre**

**ECOLE :**

**LIEU :**

**DATE :**

PRENOMS	RELAIS LOCOMOTION		JEUX COLLECTIFS		RELAIS EQUILIBRE	RELAIS ADRESSE	ATELIERS DECOUVERTE	
	Slalom avec engins roulants	Relais échasses	Pousse échasses	Pique - cubes	Traversée de 4m sur des briques	Passes sur des briques	Engins porteurs et roulants	Structure de jeu de cour
<b>TOTAL des POINTS :</b>								

Code de notation pour les épreuves :

+ compétence acquise

~ compétence en cours d'acquisition

- compétence non acquise

*pour les jeux, repérer les enfants qui refusent de jouer ou qui ne respectent pas les règles (-)*

# **RENCONTRE SPORTIVE COORDINATION et JEU**

## ***Sur le thème de l'équilibre***

### **PREPARATION AVANT LA RENCONTRE**

- ◆ **constituer des équipes de 6 ou 7** : mixer moyennes et grandes sections (même équipe pour ateliers, relais et jeu collectif).
- ◆ **noter les noms des enfants sur la fiche de l'équipe : conducteur**
- ◆ **apporter dossards ou foulards** pour la mise en évidence des équipes pour les jeux de règles ou **préparer des dossards papier** de couleurs différentes avec : nom de l'école, numéro d'équipe et prénom.
  
- ◆ **Répartissez-vous l'acheminement du matériel suivant entre les écoles du secteur :**
  - ⇒ Les engins porteurs et roulants pour les ateliers de découverte et les relais
  - ⇒ Les échasses de différentes tailles (avec plots et cordes) pour le jeu de règle et le relais : 20 paires
  - ⇒ 40 briques ou caissettes PVC pour les relais équilibre et adresse ; 6 ballons
  - ⇒ 6 cylindres PVC pour « pousse-échasses » et 10 cubes PVC ou 10 ballons pour « pique-cubes »
  - ⇒ 10 cerceaux et 6 grands plots pour matérialiser les relais de course

### **SECURITE ET ASSURANCES :**

- ◆ **veiller à contacter un médecin disponible** qui sera informé des lieux et horaires de la rencontre. Les enseignantes s'assurent que tous les enfants sont assurés pour ce type d'activité (déplacement en car ; activités à l'extérieur de l'école ...)
- ◆ L'encadrement minimum est assuré par l'enseignante plus un adulte agréé quel que soit l'effectif de la classe, et d'un adulte supplémentaire pour 8 au-delà de 16 enfants. Il est souhaitable d'avoir des adultes supplémentaires.
- ◆ La directrice donne l'autorisation de sortie et agréé les adultes supplémentaires.

### **DEROULEMENT DE LA RENCONTRE**

**9H15** Départ de l'école

**9H30** Arrivée sur le lieu de la rencontre et goûter

**10H00** Ateliers : Activités de coordination et jeux collectifs

**12H15** Pique-nique

**13H30** Retour à l'école

#### **Pour les enfants de petite section, un conducteur spécial pour cette première rencontre :**

- les ateliers remplaceront les relais ; chacun part au signal de l'adulte
- l'atelier échasses se fera sans obstacle
- chacun choisira l'engin de son choix pour l'atelier locomotion
- le jeu collectif se fera avec uniquement des ballons pour éviter les coups

## LES RELAIS DE COORDINATION

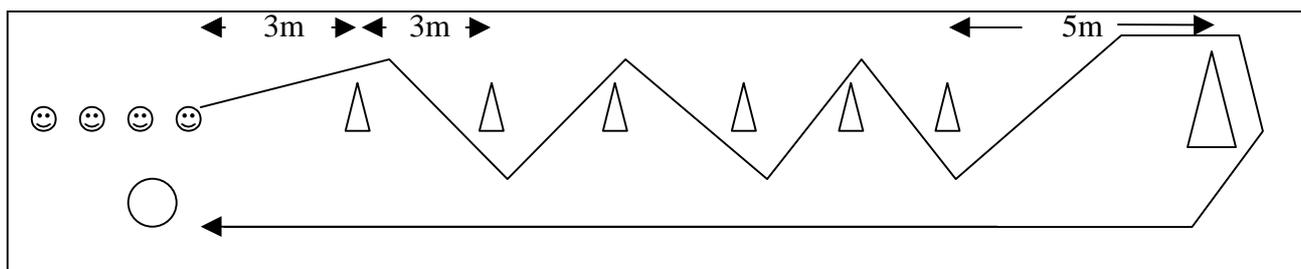
Deux ou trois équipes (selon le matériel) s'affronteront simultanément pendant 5 minutes. Le premier concurrent démarre au signal, effectue son parcours (cf descriptifs ci-dessous), donne le relais au suivant et vient se placer en queue de son équipe... et ainsi de suite pendant les 5 minutes. Chaque relais réussi et terminé donne un point à l'équipe ; le total sera noté sur le conducteur.

### 1- Relais slalom engins roulants :

Deux équipes en parallèle avec chacune un vélo à 2 roues, un tricycle, une trottinette à deux roues et une à trois roues.

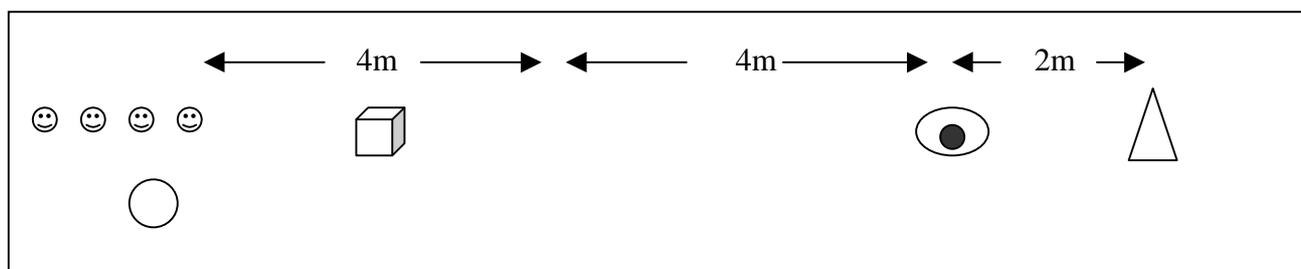
Le premier élève part au signal avec l'engin de son choix en slalomant autour des 6 petits plots, fait demi-tour derrière le grand plot, revient en sprintant en ligne droite, freine et pose son engin dans le cerceau. Dès que l'engin est posé, le suivant démarre à son tour avec un autre engin ... et ainsi de suite pendant 6 minutes. Chaque passage terminé donne un point à son équipe et tous les engins doivent être utilisés au moins une fois.

Les enfants s'organisent pour le choix des engins, l'ordre dans lequel ils passent et retirer l'engin du cerceau pour perdre le moins de temps possible entre les relais.



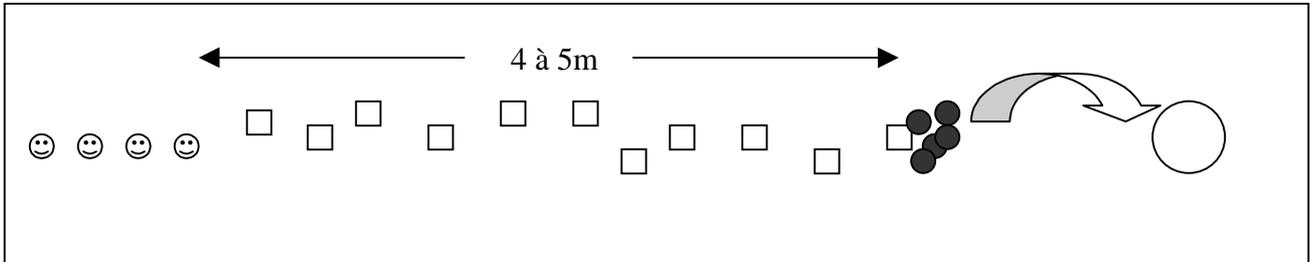
### 2- Relais échasses :

Deux équipes en parallèle avec chacune trois paires d'échasses de tailles différentes dans un cerceau. Au signal, le premier part échasses aux pieds, enjambe l'obstacle  (cube de 20cm de haut env) , se met dans le cerceau, saisit le ballon  et le lance à l'adulte  situé à deux mètres, reprend les cordes des échasses et revient les poser dans le cerceau de départ. A ce moment, le suivant prend une paire d'échasses à sa taille pour effectuer le circuit ... et ainsi de suite pendant 6 minutes. Chaque passage terminé donne un point à son équipe et deux si le ballon est bien reçu par l'adulte (qui le remet dans le cerceau).



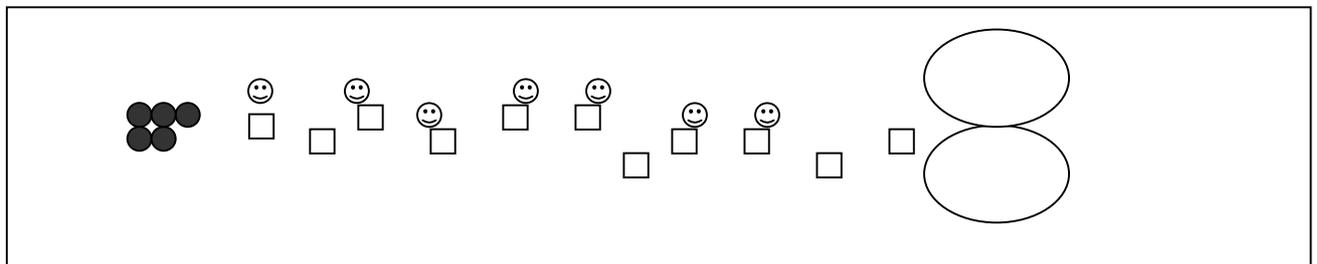
### 3- Relais équilibre :

Deux équipes en parallèle avec chacune un anneau comme témoin. Au signal, le premier effectue la traversée de la « rivière » sur les briques espacées de 30 à 40cm ; à l'autre bout, sans quitter les briques, il saisit un sac de graines ● et le lance dans un cerceau situé à 2 mètres. Ensuite, revient en courant sur le côté transmettre l'anneau relais au suivant ... et ainsi de suite pendant 6 minutes. Chaque passage terminé donne un point à son équipe et deux si le sac est bien envoyé dans le cerceau.



### 4- Relais adresse :

Deux équipes en parallèle. Il y a 4 ou 5 briques de plus que d'enfants pour chaque équipe. Les enfants sont sur les briques espacées de 30 à 40cm et doivent faire passer un maximum d'objets de l'autre côté de la rivière. Ils peuvent se déplacer sur les briques libres. Au signal, le premier ☺ prend un objet ● parmi les 5 ballons, 5 balles et 5 petits plots. Il le donne ou le lance au suivant. Puis il en prend un second et fait de même ... Si un objet tombe, il peut être récupéré mais sans poser un pied par terre. Le dernier joueur pose les objets un à un à l'intérieur des cerceaux. Au bout de 3 minutes, on compte le nombre d'objets dans les cerceaux. Les enfants essaieront de poser le moins possible le pied par terre.

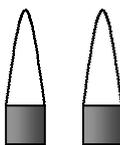
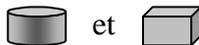
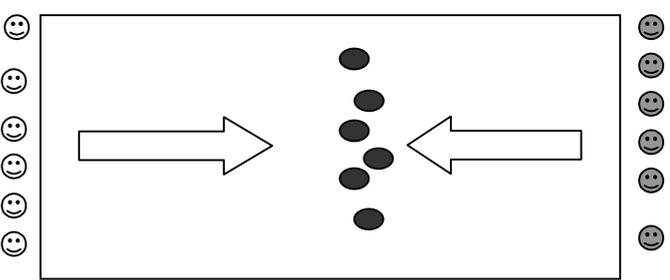


## LES JEUX COLLECTIFS

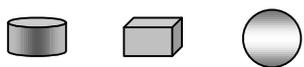
⇒ **les jeux collectifs d'affrontement** : « Pousse-échasses » et « Pique-cubes »

Deux équipes s'affrontent au cours de manches de 2 minutes et marquent le maximum de points dans chacun des deux jeux.

### Pousse-échasses :

<u>Matériel :</u>	Echasses : 	Objets à pousser :  et 
<p>Les enfants des deux équipes jouent sur des échasses dans un terrain de 5m par 10m. Au centre du terrain se trouvent 6 objets non roulants (cubes ou cylindre PVC). Au signal, les joueurs avancent dans le terrain et doivent envoyer les objets ● qui sont au centre de l'autre côté de la ligne opposée en les poussant ou en les frappant avec leurs échasses. Si un objet sort sur les côtés, il est remis en jeu au centre par l'adulte. Si un joueur met pied à terre, il reste assis 10 secondes environ sur ses échasses à l'endroit où il se trouve. Chaque joueur peut jouer n'importe quel ballon du moment qu'il est sur ses deux échasses.</p> <p>Au bout de deux minutes, l'équipe gagnante est celle qui a marqué le plus de buts.</p>		

### Pique cubes :

<u>Matériel :</u>	Objets en PVC , ballons 	
<p>Les enfants des deux équipes jouent à 4 pattes sur un terrain de 5m par 10m.. Les joueurs par 2 sont dos à dos avec un objet entre eux. Au signal, ils doivent se retourner, s'emparer de l'objet et le ramener dans leur camp le plus rapidement possible sans se le faire reprendre par l'adversaire qui veut faire de même. On peut pousser, tirer, faire rouler l'adversaire sur le côté, l'immobiliser (...) pour lui ravir l'objet. Mais il est interdit de se faire mal . Si l'arbitre estime une action dangereuse ou trop violente, l'objet est remis à l'autre joueur qui avance de 2 mètres vers son camp.</p> <p>Effectuer 5 ou 6 manches de 30 secondes et totaliser les points marqués par les 2 équipes.</p>		