



**ACADÉMIE
DE POITIERS**

*Liberté
Égalité
Fraternité*

Direction des services départementaux
de l'éducation nationale
de la Vienne



**30' d'activité
physique au C1**

Agir sur des objets - Avant 4 ans

Effectif : groupe classe

Matériel : caisses, lattes, crosses, quilles, balles de différentes tailles

Espace d'évolution : cour, salle de motricité

Entrée dans l'activité : Proposer le jeu de la « balle nommée ». L'enseignant est au centre d'une ronde et lance (ou fait rouler) un ballon à un élève qu'il nomme. Ce dernier relance ensuite à l'adulte. Possibilité de varier les positions (jambes écartés, à genoux, etc.), la vitesse (plus ou moins vite) et le matériel (balles, gros ballons, etc.).

Phase motrice :

Situation : proposer 4 espaces aménagés pour lancer précisément (dans des caisses), lancer loin (avec des lattes de couleur), faire glisser un objet (avec des crosses), faire rouler un objet pour renverser des quilles (ou d'autres objets). Observer une rotation des groupes.

Dans d'autres séances : faire varier les différents paramètres (distancer les lattes, éloignement progressif de la cible, cibles plus ou moins grandes, faire glisser un objet en suivant un parcours aménagé), faire varier le matériel utilisé (objets à renverser plus ou moins lourds, objets à lancer de différentes tailles).

Retour au calme ou temps de relaxation : les petites fourmis

Ouvrir une petite boîte imaginaire : toutes les fourmis s'échappent et se déplacent (les doigts représentent les fourmis) le long des bras, dans le cou, sur le visage, les joues, les yeux, les cheveux etc. Puis elles repartent et on referme la boîte.

Conclusion : le travail proprioceptif au travers de cette fiche contribue aux enjeux du domaine : Agir dans l'espace, dans la durée et sur les objets.