

Agir, s'exprimer, comprendre à travers l'activité physique

## Communiquer avec les autres

au travers d'actions à visée expressive ou artistique

Cycle 1 – étape 3

Activité de référence : **Cirque (Jonglerie)**

### Recommandations – Préconisations

#### L'unité d'apprentissage

les situations de jonglage où il s'agit de réaliser des mouvements, de jongler seul ou avec un partenaire pour les passing avec une balle ou tout autre engin : foulard, sac à graines, assiettes, anneaux...

Pour que les élèves puissent progresser, il est nécessaire de leur faire vivre un module minimum de 6 à 12 séances, au rythme d'une à deux séances par semaine.

#### La séance

La durée de la séance peut être de 30 à 40 minutes segmenté en plusieurs phases :

- Phase d'exploration : découverte et manipulation.
- Phase de structuration.
- Phase de production.

Elle peut s'organiser sous forme d'ateliers ou de parcours ou organisée en plusieurs espaces en cas de combinaisons (équilibre/jonglerie/acrobaties) et de répétition de spectacle.

A chaque séance : Les élèves s'essayeront à toutes les activités proposées. Progressivement quelques-uns, à tour de rôle, pourront se produire pendant 5 à 20''secondes devant leurs camarades.

#### Exemple(s) de séance(s)

Une séance sous forme d'ateliers :

- 2 ateliers d'équilibre (pédalgo 4 roues, rolla bolla, poutre ou banc, boule d'équilibre, gros tapis, etc.).
- et 2 ateliers de jonglerie (assiettes, balles, massues, foulards, diabolos, bâtons du diable, rubans, etc.).

### Terminologie utilisée pour les situations

**B** : but, ce que l'élève doit faire      **CR** : critère de réussite, gain      **R** : règles (droits, devoirs)      **OR** : organisation  
**ME** : modalités d'exécution (critères de réalisation, conseils, exigences, comportement attendu)      **E** : évolutions

**Notion à construire** : Améliorer les qualités de coordination.

#### Nom de la situation

Attrape - Rattrape

#### Objectif d'apprentissage :

Expérimenter sur différents objets le lancer rattraper



**But** : - découvrir l'utilisation des objets de jonglerie

**Critère de Réussite** : - réussir 5 lancer-rattraper sans faire tomber l'objet

**Règle(s)** : - respecter les consignes de sécurité.

**Organisation** : - l'enseignant rappelle les règles de sécurité et le fonctionnement du matériel. Les élèves répartis en 4 groupes [ballon, balle, foulard, baudruche, sac plastique...] et/ou tout autre objet pouvant être détourné s'exercent dans chacun des ateliers pendant 6 minutes.

**Modalités d'exécution** : - debout, assis ou en déplacement

**Evolution** : - lancer 2 mains rattraper 2 mains, lancer 1 main rattraper 2 mains, lancer 1 main rattraper 1 main, lancer 1 main rattraper l'autre main.

**Notion à construire** : Améliorer les qualités de coordination.

#### Nom de la situation

Je lance et tu rattrapes

#### Objectif d'apprentissage

Coopérer pour lancer et rattraper



**But** : - s'échanger des objets en le gardant en mouvement.


**Critère de Réussite** : - réussir 5 lancer-rattraper sans faire tomber l'objet.


**Règle(s)** : -


**Organisation** : - Pour chaque binôme : un objet (ballon, balle, foulard, baudruche, sac plastique...) et/ou tout objet pouvant être détourné.

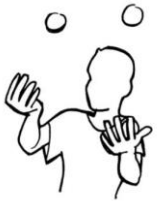
**Modalités d'exécution** : - debout ou assis ou en déplacement.  
Changer de mains pour le 1<sup>er</sup> lancer.

**Evolution** : - lancer 2 mains rattraper 2 mains, lancer 1 main rattraper 2 mains, lancer 1 main rattraper 1 main, lancer 1 main rattraper l'autre main. Trouver et réaliser une figure originale.

<b>Notion à construire :</b> Améliorer les qualités de coordination.	
<b>Nom de la situation</b> « ça ne tombe pas »	<b>Objectif d'apprentissage</b> Maintenir un objet en équilibre
	<p><b>But :</b> - maintenir un objet en équilibre sur un autre objet ou sur une partie du corps.</p> <p><b>Critère de Réussite :</b> - tenir 10 secondes sans faire tomber l'objet.</p> <p><b>Règle(s) :</b> -</p> <p><b>Organisation :</b> - un objet (ballon, balle, foulard, baudruche, sac plastique, bâton et assiette...) et/ou tout objet pouvant être détourné</p> <p><b>Modalités d'exécution :</b> - debout ou assis ou en déplacement.</p> <p><b>Evolution :</b> - Changer de main ; Maintenir l'équilibre en déplacement ; Maintenir l'équilibre lors de la transmission ; utiliser plusieurs objets.</p>

<b>Notion à construire :</b> Améliorer les qualités de coordination.	
<b>Nom de la situation</b> Balle rebondissante	<b>Objectif d'apprentissage</b> Expérimenter le rebond sur différents objets
	<p><b>But :</b> - lancer et rattraper un objet après un rebond</p> <p><b>Critère de Réussite :</b> - réussir 5 lancer-rattraper</p> <p><b>Règle(s) :</b> -</p> <p><b>Organisation :</b> - un objet (ballon, balle...) et/ou tout objet pouvant être détourné</p> <p><b>Modalités d'exécution :</b> - debout ou assis ou en déplacement. Changer de mains pour le 1<sup>er</sup> lancer.</p> <p><b>Evolution :</b> - lancer 2 mains rattraper 2 mains, lancer 1 main rattraper 2 mains, lancer 1 main rattraper 1 main, lancer 1 main rattraper l'autre main. Au sol ou contre le mur ou avec un partenaire (en alternance ou en simultané).</p>

<b>Notion à construire :</b> Améliorer les qualités de coordination.	
<b>Nom de la situation</b> Tourner Rouler	<b>Objectif d'apprentissage</b> Maintenir un objet en mouvement
	<p><b>B :</b> - maintenir un objet en mouvement</p> <p><b>CR :</b> - maintenir 10 secondes son objet en mouvement.</p> <p><b>R :</b> -</p> <p><b>OR :</b> - un objet (anneau, cerceau, assiette chinoise...) et/ou tout objet pouvant être détourné.</p> <p><b>ME :</b> - immobile ou en déplacement.</p> <p><b>E :</b> - avec 2 objets - à 2</p>

<b>Notion à construire :</b> Améliorer les qualités de coordination.	
<b>Nom de la situation</b> « le numéro de jonglage »	<b>Objectif d'apprentissage</b> S'impliquer dans une production collective
	<p><b>B :</b> - Créer collectivement un numéro mêlant des activités de jonglerie.</p> <p><b>CR :</b> - Réussir à enchaîner plusieurs actions de jonglerie dans un projet collectif prenant en compte des contraintes (entrée + enchaînement de plusieurs activités de jonglerie + sortie). Conserver une bonne maîtrise des objets utilisés.</p> <p><b>OR :</b> - En binôme ou en petit groupe. Les élèves composent un numéro simple en respectant les différentes contraintes (entrée + éléments de jonglerie seul ou à plusieurs + sortie). Répétition de chaque groupe avant présentation du numéro.</p> <p><b>ME :</b> - Réaliser, enchaîner et synchroniser ses actions.</p>

### Attendus en fin d'étape 3

- Explorer différentes actions motrices, différents mouvements et déplacements.
- Percevoir ses possibilités corporelles dans l'espace et le temps.
- Construire et conserver une séquence d'actions, en relation avec les autres avec ou sans support musical.