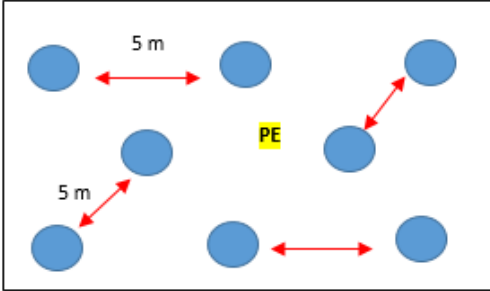


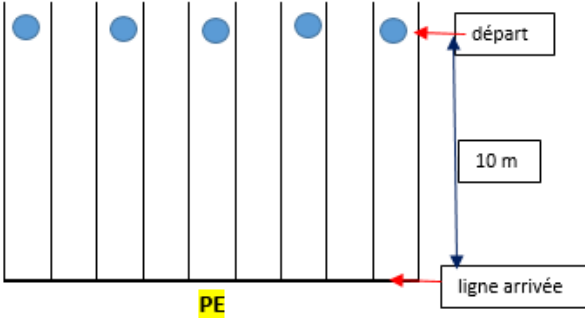
## TENIR UN EQUILIBRE – CM1

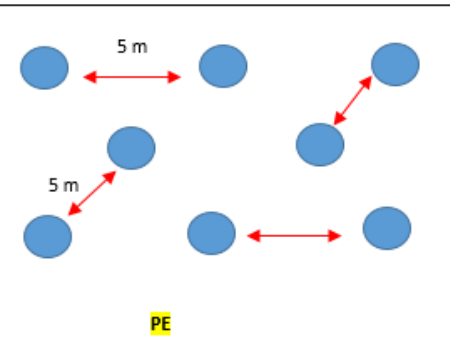
Les situations qui suivent proposent un travail sur des postures statiques individuelles.

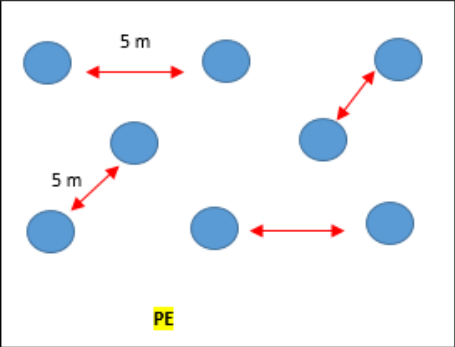
Il s'agit de permettre à l'élève de travailler l'équilibre, à travers des figures de complexité grandissante.

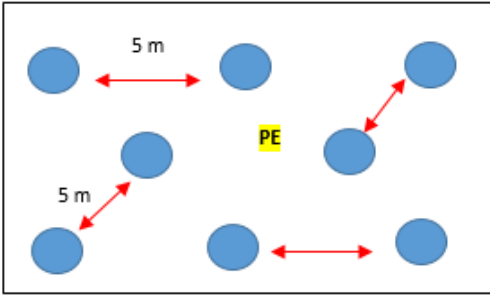
Les figures peuvent être imposées (l'élève reproduit) ou inventées (l'élève crée).

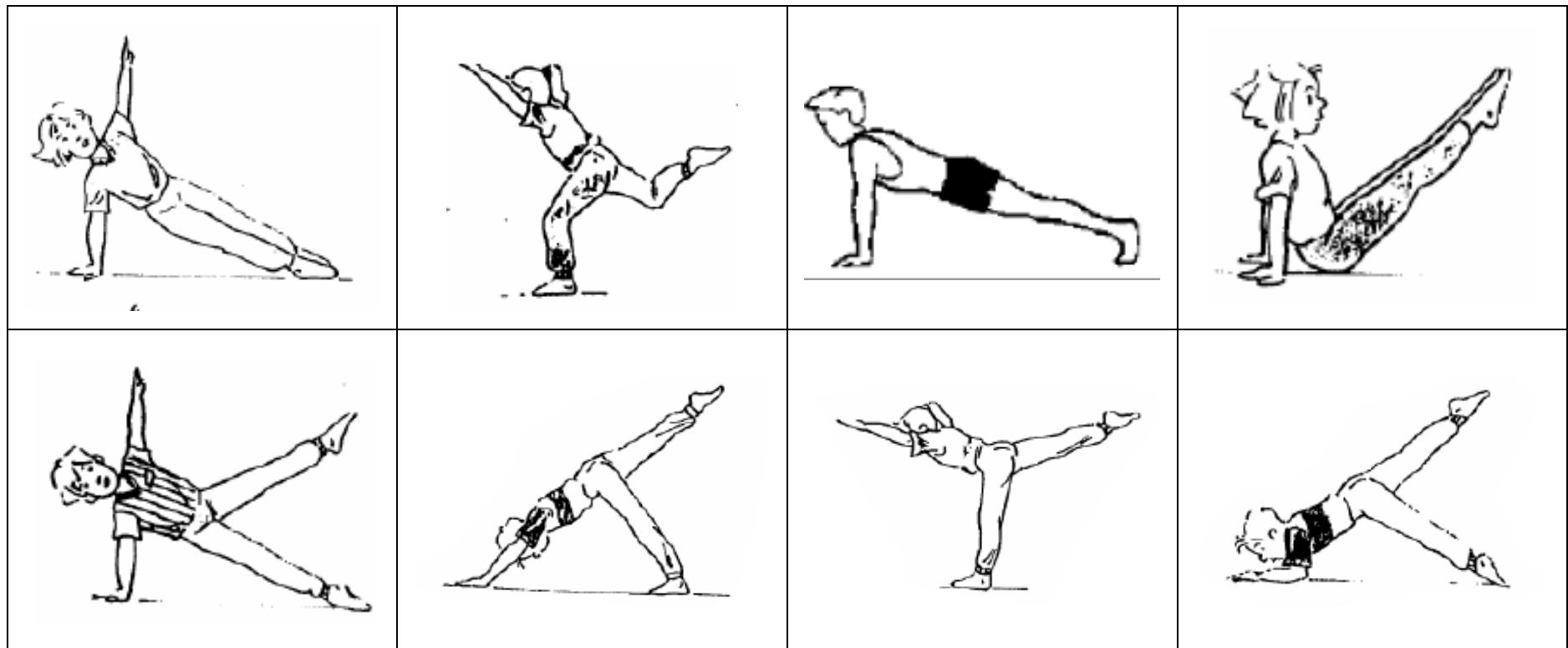
Situation	Organisation – Mise en place	Respect des mesures sanitaires
<p><b>LA STATUE</b></p> <p><u>Objectif</u> : reproduire des figures statiques seul.</p> <p><u>But pour l'élève</u> : faire les figures en restant immobile.</p> <p><u>Critère de réussite</u> : tenir la figure pendant 5''.</p> <p><u>Déroulement</u> : s'entraîner à reproduire les figures représentées sur le support.</p> <p><u>Matériel</u> : 1 support par élève (feuille plastifiée avec les figures imprimées). Voir la fiche proposée en annexe.</p>	<p>Les élèves sont répartis chacun dans l'espace de la cour ou de la salle, espacés de plusieurs mètres les uns des autres (5 m est une bonne distance).</p> <p>L'enseignant circule parmi les élèves.</p> <p>Chaque élève a un support (feuille des figures plastifiée).</p> <p>Exemple de disposition avec 8 élèves :</p> 	<p>L'enseignant garde son masque pendant la séance.</p> <p>Possibilité de tracer au sol une croix (avec de la craie) précisant l'emplacement de chacun.</p> <p>Les élèves ne quittent pas leur place même lors du temps de démonstration.</p> <p>L'enseignant peut circuler.</p> <p>Les fiches sont récupérées par l'enseignant en fin de séance et désinfectées.</p> <p>Les fiches ne peuvent pas être utilisées par des élèves avant 24 h.</p> <p>Si l'activité se déroule en salle, aérer avant, après et pendant si cela est possible.</p>

Situation	Organisation – Mise en place	Respect des mesures sanitaires
<p><b>1 – 2 – 3 SOLEIL !</b></p> <p><u>Objectif</u> : passer de être mobile à être immobile.</p> <p><u>But pour l'élève</u> : devenir immobile au signal.</p> <p><u>Critère de réussite</u> : ne pas bouger quand le meneur se retourne.</p> <p><u>Déroulement</u> : 5 élèves placés chacun dans un couloir. Quand le meneur est retourné et compte « 1 – 2 – 3 soleil ! », avancer pour atteindre la ligne d'arrivée.</p> <p>Toujours marcher et rester dans son couloir.</p> <p>Si le meneur voit un joueur mobile, alors celui-ci retourne au départ.</p> <p><u>Matériel</u> : des plots pour matérialiser les couloirs des joueurs + 1 trait à la craie sur le sol qui matérialise la ligne d'arrivée.</p>	<p>Dans la cour, les élèves sont répartis chacun dans un couloir d'une largeur de 1 mètre, les couloirs sont distants de 2 mètres les uns des autres.</p> <p>L'enseignant se place juste derrière la ligne d'arrivée (trait au sol à 10 mètres du départ des élèves).</p> <p>Exemple de disposition avec 5 élèves :</p> 	<p>L'enseignant garde son masque pendant la séance.</p> <p>Les plots sont mis en place et ramassés par l'enseignant. Ils seront ensuite désinfectés.</p> <p>Possibilité de tracer au sol une croix (avec de la craie) précisant l'emplacement de départ de chacun.</p> <p>Si l'activité se déroule en salle, aérer avant, après et pendant si cela est possible.</p>

Situation	Organisation – Mise en place	Respect des mesures sanitaires
<p><b>LE CHEF D'ORCHESTRE</b></p> <p><u>Objectif</u> : reproduire des figures statiques seul.</p> <p><u>But pour l'élève</u> : faire la figure montrée par le chef d'orchestre.</p> <p><u>Critère de réussite</u> : tenir la figure pendant 5''.</p> <p><u>Déroulement</u> : le chef d'orchestre (l'enseignant dans un premier temps) est face aux élèves et effectue une figure. A son signal, les élèves doivent l'imiter.</p> <p><u>Matériel</u> : 1 fiche avec des figures pour le chef d'orchestre.</p> <p>Voir la fiche proposée en annexe.</p> <p><u>Evolution possible</u> : un élève tient le rôle du chef d'orchestre.</p>	<p>Les élèves sont répartis chacun dans l'espace de la cour ou de la salle, espacés de plusieurs mètres les uns des autres (5 m est une bonne distance).</p> <p>L'enseignant est face aux élèves.</p> <p>L'enseignant a son support posé sur le sol.</p> <p>Exemple de disposition avec 8 élèves :</p> 	<p>L'enseignant garde son masque pendant la séance.</p> <p>Possibilité de tracer au sol une croix (avec de la craie) précisant l'emplacement de chacun.</p> <p>La fiche est posée sur le sol et ne peut être manipulée que par l'enseignant (donc les figures sont représentées en format assez grand pour qu'un élève puisse assumer le rôle de chef d'orchestre sans toucher la feuille).</p> <p>Si l'activité se déroule en salle, aérer avant, après et pendant si cela est possible.</p>

Situation	Organisation – Mise en place	Respect des mesures sanitaires
<p><b>FIGURES ET CONTRAINTES</b></p> <p><u>Objectif</u> : inventer des figures statiques seul.</p> <p><u>But pour l'élève</u> : faire une figure respectant les contraintes imposées.</p> <p><u>Critère de réussite</u> : tenir la figure pendant 5''.</p> <p><u>Déroulement</u> : l'enseignant annonce une (ou des) contrainte. Il laisse 5'' aux élèves pour trouver une figure répondant à la (aux) contrainte(s). Après les 5'', l'enseignant donne un signal et les élèves doivent réaliser leur figure.</p> <p><u>Matériel</u> : 1 fiche avec des contraintes pour chaque figure pour l'enseignant. Voir la fiche proposée en annexe.</p>	<p>Les élèves sont répartis chacun dans l'espace de la cour ou de la salle, espacés de plusieurs mètres les uns des autres (5 m est une bonne distance).</p> <p>L'enseignant est face aux élèves.</p> <p>L'enseignant a son support dans les mains et un chronomètre.</p> <p>Exemple de disposition avec 8 élèves :</p> 	<p>L'enseignant garde son masque pendant la séance.</p> <p>Possibilité de tracer au sol une croix (avec de la craie) précisant l'emplacement de chacun.</p> <p>Si l'activité se déroule en salle, aérer avant, après et pendant si cela est possible.</p>

Situation	Organisation – Mise en place	Respect des mesures sanitaires
<p><b>LE CONCOURS</b></p> <p><u>Objectif</u> : enchaîner plusieurs figures statiques.</p> <p><u>But pour l'élève</u> : reproduire plusieurs figures de mémoire, à la suite.</p> <p><u>Critère de réussite</u> : chaque figure est tenue 5''.</p> <p><u>Déroulement</u> : chaque élève choisit la suite de figures qu'il veut représenter parmi celles proposées sur la fiche ; chacun s'entraîne à reproduire les figures de la suite choisie (5 à 10') ; après ce temps, chaque élève montre aux autres (il annonce la suite choisie).</p> <p><u>Matériel</u> : 1 support par élève (feuille plastifiée avec les figures imprimées). Les élèves ont tous la même fiche avec les mêmes suites de figures. Voir la fiche proposée en annexe.</p>	<p>Les élèves sont répartis chacun dans l'espace de la cour ou de la salle, espacés de plusieurs mètres les uns des autres (5 m est une bonne distance).</p> <p>L'enseignant et les élèves ont chacun la fiche avec l'ensemble des suites de figures.</p> <p>Exemple de disposition avec 8 élèves :</p> 	<p>L'enseignant garde son masque pendant la séance.</p> <p>Possibilité de tracer au sol une croix (avec de la craie) précisant l'emplacement de chacun.</p> <p>Les élèves ne quittent pas leur place même lors du temps de démonstration.</p> <p>L'enseignant peut circuler.</p> <p>Les fiches sont récupérées par l'enseignant en fin de séance et désinfectées.</p> <p>Les fiches ne peuvent pas être utilisées par des élèves avant 24 h.</p> <p>Si l'activité se déroule en salle, aérer avant, après et pendant si cela est possible.</p>



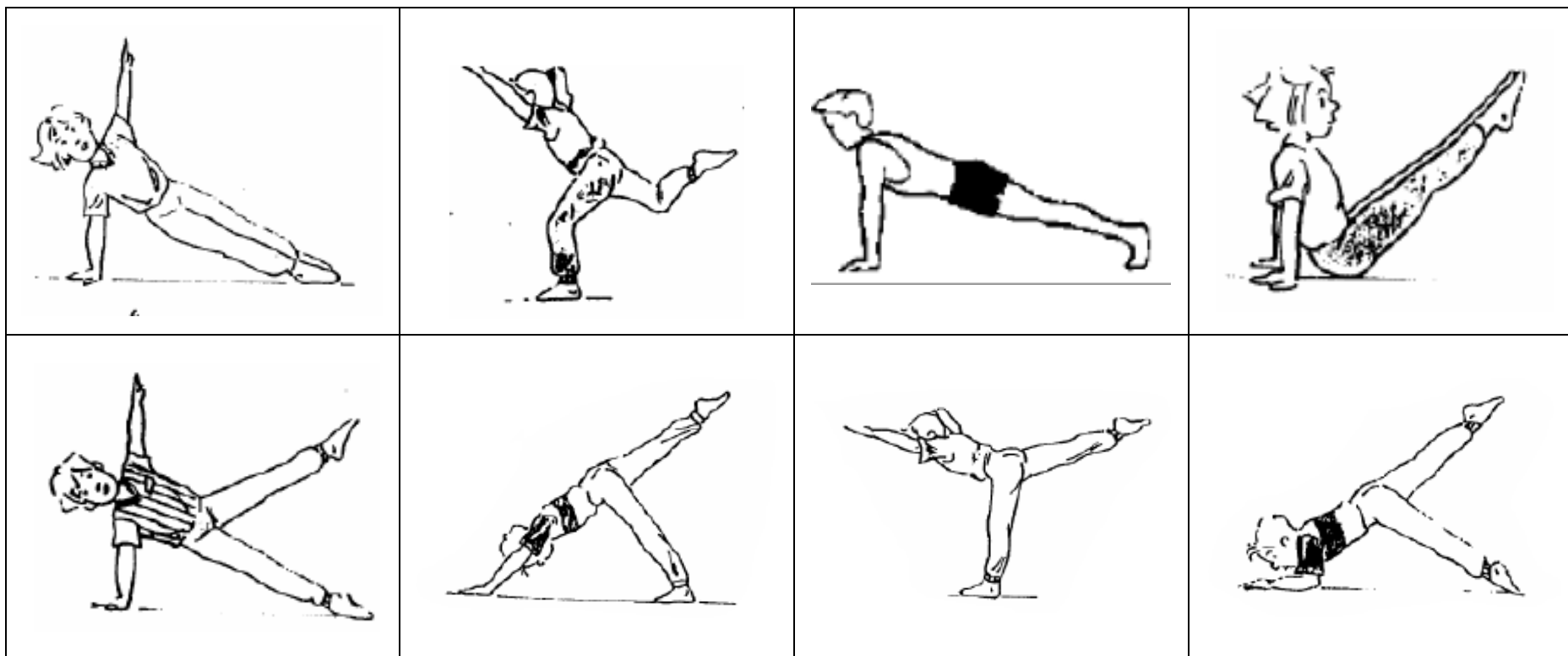


FIGURE 1 :

Inventer une statue avec 2 pieds au sol

FIGURE 2 :

Inventer une statue avec 2 genoux et 1 main au sol

FIGURE 3 :

Inventer une statue avec 1 genou et 2 mains au sol

FIGURE 4 :

Inventer une statue avec 2 pieds et 2 mains au sol

FIGURE 5 :

Inventer une statue avec 1 pied et 1 main au sol

FIGURE 6 :





Inventer une statue avec 1 pied au sol




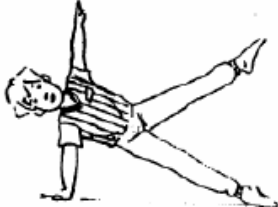
FIGURE 7 :





Inventer une statue avec 2 mains et 1 pied au sol

FIGURE 8 :

.....

<b>A</b>	figure 1	figure 2	figure 3	figure 4
				

<b>B</b>	figure 1	figure 2	figure 3	figure 4
				

<b>C</b>	figure 1	figure 2	figure 3	figure 4
				

<b>D</b>	figure 1	figure 2	figure 3	figure 4
	