



Compétence 1 Traiter une situation de coordination motrice générale par la pratique des jeux de marches, de sauts, de courses, de mouvements gymniques et de manipulations d'objets

LECON 5 : EXECUTER DES JEUX DE SAUTS

1- SITUATION D'APPRENTISSAGE

Les enfants de Man assistent à la fête des masques. Intéressés par les bonds des masques, ils décident de pratiquer des jeux de sauts. Ils les nomment puis ils les exécutent.

Séance 3 : Des jeux de sauts en hauteur

2- CONTENU DE LA SEANCE

Papa/ maman Fait faire des exercices d'échauffement (saute sur place, talons aux fesses, puis fait des exercices respiratoires)

Papa/ maman fixe les deux extrémités d'une corde à deux objets solides (arbre, pilier, table)

Papa/ Maman exécute le saut à hauteur.

Papa/ Maman nomme le saut et le fait décrire.

Papa/ Maman invite l'enfant à exécuter le saut à hauteur

Pour débiter cette activité, Papa/Maman doit placer la corde à la plus petite hauteur possible, relative à l'âge de l'enfant.

Si l'enfant réussit le premier saut, Papa/ Maman monte légèrement la corde à une hauteur supérieure

Si l'enfant réussit le deuxième, Papa/ Maman passe à l'évaluation.

Suggestions de matériels aux parents : Sifflet, corde, piliers, arbres, table de l'eau à boire

Temps d'apprentissage : 20 min

Age : 4 ans

3- ACTIVITE D'APPLICATION

Saute la corde en hauteur

Réponse : l'enfant saute la corde jusqu' à ce qu'il épuise ses performances.

A la fin de l'activité, papa/maman et l'enfant s'asseyent à même le sol pour se reposer pendant quelques minutes.

Le parent lui chante une berceuse et lui donne de l'eau à boire.