



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

LEÇON : PRATIQUER DES JEUX DE LES JEUX DE MARCHES

1 -SITUATION D'APPRENTISSAGE

Ce sont les vacances scolaires. Tu participes aux journées sportives du quartier. Tu nommes les activités de marches puis tu les exécutes.

Séance 3 : La marche sur la pointe des pieds

2- CONTENU DE LA SEANCE

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

Papa/Maman demande à l'enfant de marcher comme il veut.

Papa/Maman montre l'exemple de la marche à grands pas (papa/maman se tient sur la pointe des pieds, comme s'il avait porté une chaussure à hauts talons puis marche ainsi de la ligne de départ A à la ligne d'arrivée B).

Papa/Maman fait nommer à l'enfant la marche sur la pointe des pieds.

Papa/Maman trace une ligne de départ A et une ligne d'arrivée B.

Il/elle invite l'enfant à marcher sur la pointe des pieds.

Il aide l'enfant à réussir la marche sur la pointe des pieds.

Suggestions de matériels aux parents : Sifflet craies blanches, de couleurs, cendre, baguette en bois, cordes...

Temps d'apprentissage 20 min

Age : 4ans

3- ACTIVITE D'APPLICATION

Fais la marche sur la pointe des pieds de la ligne A à la ligne B dans un temps record.

Réponse : Au signal, l'enfant marche sur la pointe des pieds d'un point A à un point B.

Papa/maman et enfant s'asseyent à même le sol pour se reposer pendant quelques minutes, le parent leur chante une berceuse.

4- SITUATION D’EVALUATION

Exercice 1 : Marche l’enfant à pas cadencés en faisant un aller et retour.

Réponse 1 : Au signal, l’enfant marche à pas cadencés en aller et retour.

Exercice 2 : Marche sur la pointe des pieds dans les petits carreaux tracés au sol sans toucher les traits.

Réponse 2 : Au signal, l’enfant marche sur la pointe des pieds dans les petits carreaux.