

DATE : Semaine 25		SEANCE Je fais un parcours	DUREE : 30 mn
ACTIVITE : Parcours en déséquilibre COMPETENCE : Ajuster et enchaîner ses actions et ses déplacements en fonction d'obstacles à franchir ou de la trajectoire d'objets sur lesquels agir.		Ce que l'élève apprend : 1. Varier son mouvement (rapide-lent) 2. Maitriser son équilibre 3. Coordonner ses actions	
Situation 1 2 mn	matériel	-	
	dispositif	Tous les élèves	
	déroulement	Echauffement dans le couloir de course matérialisé par du scotch au sol (voir schéma)	
	consignes	« Vous me suivez sans me dépasser »	
	critère de réussite	Participer activement	
Situation 2 25 mn + 3 mn de retour au calme	matériel	Parcours+ balle personnelle	
	dispositif	Tous les élèves	
	déroulement	L'enseignant indique le sens du parcours en insistant sur les règles de sécurité (courir dans le même sens- attendre son tour dans l'espace équilibre)	
	consigne	« Tu fais le parcours comme je l'ai expliqué ».	
	critère de réussite	Participer en alternant vitesse et concentration	
TRACE ECRITE		Photos	

CONSEILS :

- Cette fiche est utilisée toute la semaine.
- Les premières séances sont l'occasion de mémoriser les actions motrices.

- Les séances suivantes doivent voir une amélioration dans la circulation entre les deux zones et à l'intérieur de chacune. Des exigences sont ajoutées (par exemple : si la balle qui est dans la cuillère tombe, l'élève recommence le franchissement des caissettes rouges à la première)
- En fin de zone du parcours en déséquilibre, l'adulte posté près du lancer de balle redonne la balle à chacun afin qu'il reparte avec.