

Agir dans le monde : jongler

Apprentis jongleurs



Objectifs

- Lancer, recevoir, réceptionner,
- Adapter ses gestes, ses actions motrices en fonction des objets et de l'espace.

Compétences (Etre capable de) :

- S'entraider, coopérer, communiquer,
- Coordonner des actions et développer son habileté.

Matériel et organisation : balles, anneaux, foulards, musiques de cirque, tapis, cerceaux, élastique à sauter. Groupe classe + petits ateliers. Nombreuses séances.

1 – En piste ... (tâtonner)

- **Aménager la salle** avec 3 grands tapis et disposer sur chacun d'eux le matériel regroupé par famille :

Foulards	Balles
Anneaux	

Diviser la classe en 3 groupes puis organiser une rotation des enfants sur les 3 ateliers.

- **Laisser les enfants découvrir le matériel et les actions** sans consigne précise : phase d'observation pour l'enseignante qui regarde quels gestes font des enfants, comment ils s'adaptent aux caractéristiques des matériaux (poids, formes...).
- Relancer les ateliers avec 1 consignes précise : « *Lancer et attraper* ». Il s'agit pour les enfants d'**expérimenter et d'adapter leurs gestes** en fonction des objets, de leur poids, tester la hauteur, la force du lancer, la trajectoire...

2 – Artistes jongleurs (manipuler)

Pour se familiariser avec chaque accessoire, proposer aux enfants différentes activités artistiques.

La danse des foulards :

<u>Action</u>	<u>Musique</u>
1- <u>Marcher/courir avec 2 foulards</u> : - Librement, - A la même hauteur, - En haut, - En bas, - 1 en haut, 1 en bas... 2- <u>Marcher/courir avec 2 foulards</u> tenus devant, derrière, sur la tête ... 3- <u>Tourner sur soi-même</u> , croiser, décroiser, le faire tourner sur le côté, au dessus de sa tête, les balancer de droite à gauche, de haut en bas, le secouer ... 4- <u>Enchaîner des actions.</u>	- Musique de cirque, - Musique qui alterne mouvements lents/rapides, - Musique avec des pauses ou changements qui motivent et incitent les enfants à changer d'actions ...

La ronde des ballons :

- 1 balle par enfant : la faire rouler sur le sol en changeant la force du lancer et la trajectoire (éventuellement dans le but d'atteindre un objet, faire tomber des quilles ...),
- 1 balle pour 2 enfants : les enfants sont placés face à face, jambes écartées, pieds contre pieds formant ainsi un losange. Faire rouler la balle vers son camarade qui doit la réceptionner et lui renvoyer.
- 1 balle pour le groupe : former une ronde avec tous les enfants, jambes écartés. Lancer la balle en direction d'un enfants (travail sur l'intensité et la trajectoire du lancer mais aussi la réception avec les mains). Si un ballon reste bloqué au milieu de la ronde, tenter de le libérer avec un autre ballon en le visant.

Variantes : lancer et recevoir librement, lancer et recevoir avec les 2 mains, lancer et recevoir avec une main dans le dos, multiplier les ballons pour accélérer le jeu....

Le cercle des anneaux :

- Trouver les technique pour faire rouler les anneaux ou cerceaux sur le sol puis courir pour le rattraper. Même progression qu'avec les ballons. Cette activité demande plus d'habileté qu'avec les ballons.
- Uniquement avec les anneaux et un par enfants : tenter de le lancer et de le rattraper avec les deux mains puis avec une main.

3 – Jongleurs en herbe (maîtriser)



Il s'agit d'apprendre à jongler en travaillant petit à petit sa technique et sa maîtrise du geste.

Techniques	Foulards	Anneaux	Ballons
1- Lancer et attraper à deux mains et debout			
2- Lancer et attraper à deux mains et accroupi			
3- Lancer et attraper d'une main			
4- Lancer d'une main, attraper de l'autre			
5- Lancer à un copain qui l'attrape et le relance			
6- En ronde, former 1 relais : lancer au voisin qui attrape et lancer au suivant			
7- Lancer deux objets et rattraper			
8- Lancer 2 objets à un copain qui l'attrape et le relance			

Bilan :

