

Dans la forêt vierge

Objectifs

Découvrir et explorer un nouvel univers, s'y mouvoir et jouer. Acquérir, appliquer et créer les formes de base du mouvement.

Organisation

Les postes sont tous reliés entre eux de manière que la forêt vierge puisse être explorée sous forme de parcours. Les enfants effectuent ce dernier de manière autonome. Le moniteur les aide si nécessaire; il peut s'occuper des enfants à un poste et leur donner des astuces ou les aider à exécuter les formes de base du mouvement telles que rouler ou balancer. Le parcours peut être effectué d'une traite ou par postes, en petits groupes (entraînement à diverses stations).

Postes possibles

Titre	Objectif	Description
Escalade en tout genre	Grimper et prendre appui	Les enfants traversent les espaliers en grim pant comme des singes; ils cueillent des bananes (sautoirs accrochés à différentes hauteurs).  Chapitre «Encourager la diversité», «Grimper et prendre appui», «Comme des singes».
Traversée du fleuve en bateau	Glisser et déramer, renforcer la musculature	Assis sur un morceau de tapis, les enfants se tirent à une corde sur plusieurs mètres.  Chapitre «Encourager la diversité», «Glisser et déramer», «Téléphérique».
Traversée du fleuve sur des ponts	Se tenir en équilibre	Installer un parcours d'équilibre avec le maximum de postes et d'engins différents, en aménageant des liaisons entre eux. Les enfants effectuent le parcours sans toucher le sol!  Chapitre «Encourager la diversité», «Se tenir en équilibre», «Gare aux crocodiles!».
Course-nénuphars	Courir et sauter	Disposer des tapis ou des cerceaux. Les enfants doivent passer le plus vite possible sur les nénuphars ou les cailloux.
Dans la forêt impénétrable	Courir, travailler la vitesse	Les enfants slaloment le plus vite possible entre les perches.
Tarzan	Balancer et s'élan cer	Les enfants se balancent comme Tarzan au bout d'une corde. Compléter cette forme de base par différentes tâches.  Chapitre «Encourager la diversité», «Balancer et s'élan cer», «Tarzan».
Cascade	Glisser et déramer, rouler et tourner	Aménager un plan incliné. Les enfants le dévalent en glissant, en effectuant des roulades avant et arrière et en tournant autour de l'axe longitudinal.  Chapitre «Encourager la diversité», «Rouler et tourner».

Déroulement de la leçon

Contenu	Objectif	Réalisation
Introduction Attention, inondation!	<ul style="list-style-type: none"> • Introduire le thème de la forêt vierge • S'échauffer 	<p>Installation en commun des postes de la forêt vierge.</p> <p>Le paysage de la forêt vierge est déjà en place et peut être utilisé pour ce jeu. Les enfants courent à travers la salle au son de la musique ou du tambourin; ils se déplacent uniquement sur le sol. Dès que la musique s'arrête, ils doivent se réfugier en hauteur pour échapper à l'eau qui monte.</p> <p> Chapitre «Encourager la diversité», «Danser et rythmer», «Attention, inondation!».</p> <p>Variante: introduire d'autres notions en plus de l'inondation. «Attention, pluie!»: les enfants cherchent un toit ou un abri. «Attention, bêtes sauvages!»: les enfants marchent à pas feutrés le plus silencieusement possible.</p>
Partie principale Gare aux crocodiles!	<ul style="list-style-type: none"> • Acquérir, appliquer et créer les formes de base du mouvement • Développer la créativité 	<p>A partir de maintenant, les enfants ne doivent plus toucher le sol, car l'eau est infestée de redoutables crocodiles. Pas question de quitter le parcours!</p> <p>Les enfants testent les différents engins et constructions et franchissent les obstacles. Ils inventent leurs propres mouvements pour parcourir les différents postes. Les bonnes idées sont montrées à tous les camarades, qui sont invités à les imiter.</p> <p>Variante: tous les enfants se transforment en un animal choisi par eux-mêmes ou par le moniteur et effectuent le parcours en se déplaçant comme cet animal.</p>
Retour au calme Le temps dans la forêt vierge	<ul style="list-style-type: none"> • Clore la leçon tous ensemble • Se calmer et se détendre 	<p>Par deux ou en cercle, on imite le temps dans la forêt vierge. A est à plat ventre par terre, décontracté. B mime le temps qu'il fait, sur son dos.</p> <p>Pluie fine: il tapote le dos de A du bout des doigts. Forte pluie: il lui caresse le dos. Averse: il tapote avec la paume des mains. Soleil: il frotte ses mains l'une contre l'autre jusqu'à ce qu'elles soient assez chaudes pour transmettre la chaleur.</p> <p> Chapitre «Développer les bases», «Se calmer et se détendre», «La pluie et le beau temps».</p> <p>Ranger les engins tous ensemble.</p>