

## Le Seigneur des anneaux

Un rapport positif au contact physique et la coopération sont des facettes primordiales de l'acrobatie avec partenaire. Les élèves acquièrent ces capacités dans cette leçon.

### Conditions cadre

Durée de la leçon: 90 minutes





Degré: 1<sup>er</sup> à 3<sup>e</sup> année





### Objectifs d'apprentissage

- S'habituer aux contacts physiques
- Améliorer l'équilibre

### Indications

- Proposer cette leçon uniquement lorsque tous les postes sont connus et après avoir organisé les leçons «Coopération», «Tension/Relâchement», «Construction de pyramides I» et «Construction de pyramides II»
- Mise en place du matériel importante. Bien organiser l'installation des grands agrès et évent. l'intégrer dans une histoire.

		Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Illustration	Matériel
Mise en train	10'	Raconter l'histoire «Le Seigneur des anneaux – La Communauté des anneaux»		1 anneau par paire
	10'	Installer le matériel		
	10'	Expliquer le parcours. Selon le temps à disposition, répéter le parcours.		
Partie principale	50'	<b>Brouette:</b> A pose l'anneau sur son ventre. B tient A par les jambes et le transporte à travers les marais (parcours défini). Poser éventuellement un morceau de tapis sous le dos.		2 piquets Event. morceaux de tapis
		<b>Objet balançant:</b> Les Hobbits doivent transporter leur anneau d'un côté à l'autre de la barre de reck, sans le faire tomber. A commence en suspension, l'anneau coincé entre ses pieds et il le passe à son camarade suspendu à côté de lui. Une fois l'anneau transmis, A se déplace et se suspend à nouveau à côté de B et ainsi de suite jusqu'au bout du reck.		1 reck
		<b>Sous la Manche:</b> Les Hobbits doivent traverser un tunnel (un gros tapis posé sur 2 bancs) en rampant. Ils restent constamment au contact l'un de l'autre; A s'accrochant aux pieds de B, qui tient l'anneau dans ses mains.		1 gros tapis 2 bancs
		<b>Entonnoir:</b> Former deux V – un grand et un petit – à l'aide de quatre cordes, les pointes étant communes. Les Hobbits marchent chacun dans leur couloir en s'appuyant paume contre paume avec leur main intérieure. Jusqu'où parviennent-ils à cheminer en restant corps tendu, sans marcher sur la corde?		4 cordes posées en V

		Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Illustration	Matériel
Partie principale		<p><b>Mains liées:</b> Deux Hobbits se donnent la main. Un anneau est posé sur la tête de l'un d'eux et doit être maintenu en équilibre le long d'un parcours composé de bancs et de piquets.</p>		<p>5 piquets 1 banc</p>
		<p><b>Dans l'obscurité:</b> B conduit A, les yeux bandés et placé à l'intérieur d'un cerceau, d'un piquet à l'autre dans la salle. Il tape sur l'épaule ou entre les omoplates pour indiquer la direction (à gauche, à droite, tout droit) et touche la tête pour le stopper. Les différents couples d'Hobbits ne doivent jamais se toucher.</p>		<p>Foulards Piquets</p>
		<p><b>Mur chinois:</b> Les Hobbits doivent franchir un muret (caisson) puis sauter dans l'eau (gros tapis). B l'aide à monter sur le mur, uniquement au moyen de son corps, sans aide extérieure (courte-échelle par exemple).</p>		<p>1 caisson 1 gros tapis 1 cerceau</p>
		<p><b>Monument pour Frodon et ses compagnons:</b> Figures simples sur porteur. Maintenir la position pendant 3 secondes, évent. faire une photo. Se servir des espaliers pour grimper ou tenir l'équilibre.</p>		<p>1 tapis de sol Espaliers 1 appareil photo</p>
Partie finale	10'	Ranger le matériel		