

## Construction de pyramides II

Un rapport positif au contact physique et l'équilibre sont des facettes primordiales pour la construction d'une pyramide. Les élèves acquièrent ces capacités dans cette leçon.

### Conditions cadre

Durée de la leçon: 45 minutes

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

### Objectifs d'apprentissage

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

### Indications

- Commencer d'abord avec la leçon «Construction de pyramides I»
- Contrôler constamment la position du porteur et la charge exercée sur son corps.
- Privilégier les tapis minces pour éviter de s'enfoncer (tapis de judo ou de yoga).
- Organiser une mise en train et une partie finale douces.

Source: Deutsche Turnerjugend (Hrsg.) (2007). **Kinderturnen. Praxis für Schule und Verein.** Aachen: Meyer & Meyer.

|                   | Thème/Exercice/Forme de jeu  | Organisation/Illustration  | Matériel                        |
|-------------------|--|--|---------------------------------|
| Mise en train     | 10' <b>Copie conforme:</b> Trois rôles sont attribués: l'artiste A, l'original B et la copie C. L'original prend une pose. L'artiste la reproduit avec C, dans les moindres détails. L'enseignant contrôle le résultat.  |   | Musique                         |
| Partie principale | 15' <b>Pyramides simples:</b> A en quadrupédie (banc), B enjambe A (jambes écartées). C monte sur le bas du dos de A en prenant appui sur les épaules de B. <ul style="list-style-type: none"> <li>• B se retire pour laisser C seul en équilibre.</li> <li>• Monter uniquement en tenant le bras de B qui fait office de balustrade.</li> <li>• Debout jambes écartées transversalement sur A, un pied sur les omoplates, l'autre sur les fesses.</li> <li>• Idem mais en position de fente avant (une jambe devant l'autre en léger décalage derrière).</li> </ul> <b>Pyramide de classe:</b> Un tiers de la classe en position de porteur (banc) en cercle. Un tiers en position jambes écartées par-dessus les bancs. Le dernier tiers debout en appui sur les fesses des porteurs, les bras appuyés sur les épaules du second groupe. Monter et démonter la pyramide au signal de l'enseignant. |   | Tapis de sol                    |
|                   | 10' <b>Construction de pyramides:</b> Par petits groupes, les élèves créent de petites pyramides avec les éléments appris. Chacun joue un rôle actif. Des fiches avec quelques exemples sont à disposition. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Avec des tissus ou de vieux draps de lit, former des animaux ou autres formes connues.</li> </ul>   |  | Cartes avec photos de pyramides |
| Partie finale     | 10' <b>Présentation:</b> Les groupes présentent leurs plus belles pyramides devant la classe.  |  |                                 |