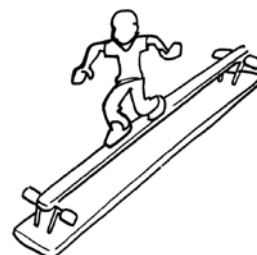




| | |
|-------------------|---|
| Degré | Pré-scolaire |
| Aspect | Compétences disciplinaires |
| Aspect spécifique | Se maintenir en équilibre |
| Compétence | Se maintenir en équilibre sur divers engins pour réaliser une tâche |
| Niveau A | Je me déplace en équilibre sur des engins fixes. |



Corde raide (A)

Description de la tâche

L'enfant se tient en équilibre sur un banc suédois retourné. Il traverse une longueur de différentes manières: 1 fois de côté (side-step), puis il revient en avant.

Evaluation/Exigences

Le test est réussi lorsque les critères d'observation munis d'une astérisque* sont remplis. Si l'enfant perd l'équilibre et touche le sol, il recommence du début. Chaque enfant dispose de 5 minutes pour effectuer l'exercice. Si l'enfant est motivé à s'exercer encore après ce laps de temps, lui en donner la possibilité.

Critères d'observation



L'élève...

- ...traverse au moins 1 longueur par mouvement.*
- ...avance en posant un pied devant l'autre.*
- ...se tient droit.
- ...fléchit légèrement les genoux.
- ...tend légèrement les bras de côté pour s'équilibrer.



- ...tente de traverser le banc aussi rapidement que possible pour ne pas perdre l'équilibre.

Consignes aux élèves

Démonstration de l'enseignant recommandée

«Pour cet exercice, vous devez essayer d'avancer sur le banc suédois comme des funambules, sans toucher le sol. Tendez les bras sur le côté et pliez légèrement les genoux pour vous faciliter la tâche. Si vous perdez l'équilibre, recommencez simplement du début. Traversez d'abord le banc lentement de côté. Lorsque vous avez réussi, revenez en mettant un pied devant l'autre!»

Mise en place

Disposer un banc suédois retourné

Matériel

1 banc suédois

Source

Commission fédérale de sport (éd.). (1999). *Education physique, Manuel 2, école enfantine, degré pré-scolaire*. Berne: OFCIM. Brochure 3, p. 12.

Aspects pratiques et indications pédagogiques

| | |
|--------------------|---|
| Durée | 5 min., deux enfants peuvent se maintenir en équilibre l'un après l'autre sur le même banc suédois |
| Organisation | Prévoir suffisamment de place entre deux bancs suédois. Tous les enfants se déplacent dans la même direction sur le banc. Le deuxième enfant commence lorsque le premier a passé le milieu du banc. Les enfants qui maîtrisent l'exercice passent directement au test B ou C ou inventent une autre manière de traverser le banc (p.ex. en arrière, avec un sac de sable sur la tête, en agitant un foulard, etc.). Cet exercice de test peut être proposé avec les tests B et C comme poste parmi d'autres. Cela permet d'éviter l'attente et l'exposition au regard des autres. |
| Personnes évaluées | 2 enfants par installation |
| Problèmes | Les enfants ne devraient pas se presser mutuellement. Les enfants peu rassurés se hâtent souvent d'atteindre l'autre côté pour ne pas perdre l'équilibre! Les inviter à traverser le banc lentement (p.ex. en effectuant des pas d'oie – les pieds se touchent). |