

CONTENUS GYM ET ACCROGYM

	Gym	Acrobacirque
Maternelles	<ul style="list-style-type: none"> - Se déplacer = parcours avec structures étroites (bancs, poutre, lattes...), tourner, 4pattes, crabe, araignée, 1 pied, pieds/mains... - Sauter = d'1pt à 1autre, le plus loin, le plus haut, en arrière, avec un objet, à partir d'un objet en hauteur/en contrebas... - Rouler = rouleau pâtisserie, roulade « judo », plans inclinés, plans mous, dur... - Balancer = d'1pt à 1autre avec une corde, avec anneaux, « bouteille », balançoire... - Se renverser = mains en contrebas, en avant, en arrière, poirier - Franchir = tapis, plint, différentes hauteurs, différentes façons (pieds d'abords ou mains, 2 pieds, genoux...) - Apprivoiser l'espace arrière = marcher en arrière, yeux fermés, tomber à différente hauteur... - Tourner autour = rotation barres 	<ul style="list-style-type: none"> - Pyramides statiques = porté à 2 - Pyramides dynamiques = brouette, cheval, - Jonglages = lancer/rattraper avec différents objets - Equilibres = structures étroites (bancs, poutre, lattes...), objets roulants (rollers dans 1 pied, déplacement skate...), membres liés, rolla avec parade, parcours en hauteur (ex. chaises) - Manipulation d'objets = cerceaux avec différents endroits du corps, boîtes sans les mains... - Acrobaties au sol = roulade avant avec tremplin, déplacement variés (crabe, araignée, rouleau) sur ou sous des obstacles - Clowneries = travail des émotions (triste, souriant, heureux, fatigué, en colère...) travail des signes avec les mains (coucou, manger, se coiffer, un pistolet, un téléphone...), chef d'orchestre
Cycle 2	<ul style="list-style-type: none"> - Se déplacer = parcours avec structures étroites (bancs, poutre, lattes...), tourner, 4pattes, crabe, araignée, 1 pied, pieds mains... - Sauter = d'1pt à 1autre, le plus loin, le plus haut, en arrière, avec un objet, à partir d'un objet en hauteur/en contrebas... - Rouler = rouleau pâtisserie, roulade « judo », plans inclinés, plans mous, dur, roulade avt avec plan incliné - Balancer = d'1pt à 1autre avec une corde, avec un point d'atterrissage, une façon (en avt, en arrière) avec anneaux, « bouteille », balançoire... - Se renverser = mains en contrebas, en avant, en arrière, poirier, passage ATR - Franchir = tapis, plint, cheval, table de saut, différentes hauteurs, différentes façons (« grimper », pieds d'abords ou mains, 2 pieds, genoux...) - Apprivoiser l'espace arrière = marcher en arrière, yeux fermés, tomber à différente hauteur... - Tourner autour = rotation barres, rotation anneaux - Enchaînement = choisir 3 éléments et les présenter au groupe 	<ul style="list-style-type: none"> - Pyramides statiques = porté à 2 - Pyramides dynamiques = brouette, cheval - Jonglages = lancer/rattraper avec différents objets - Equilibres = structures étroites (bancs, poutre, lattes...), objets roulants (rollers dans 1 pied, déplacement skate, boule...), membres liés, rolla avec parade, parcours en hauteur (ex. chaises) - Manipulation d'objets = cerceaux avec différents endroits du corps, boîtes sans les mains... - Acrobaties au sol = roulade avant avec tremplin, déplacement variés (crabe, araignée, rouleau) sur ou sous des obstacles - Clowneries = travail des émotions (triste, souriant, heureux, fatigué, en colère...) travail des signes avec les mains (coucou, manger, se coiffer, un pistolet, un téléphone...), mimes, chef d'orchestre
SECURITE	<ul style="list-style-type: none"> - Passive = Installation des agrès, les enfants restent avec leur référent, mise en sécu de l'espace, tenue des enfants - Active = position du corps, mise en place de parade, engagement physique. 	<ul style="list-style-type: none"> - Passive = les enfants restent avec leur référent, mise en sécu de l'espace, tenue des enfants. - Active = position du corps, mise en place de parade, engagement physique.