

## Activités athlétiques

### Cycle 1

- Courir, sauter, lancer de différentes façons, dans des espaces et avec des matériaux variés, avec un but précis
- Ajuster et enchaîner ses actions et déplacements en fonction d'obstacles à franchir ou de la trajectoire d'objets sur lesquels agir

### Cycle 2

- Courir, sauter, lancer à des intensités et des durées variables dans des contextes adaptés.
- Savoir différencier : courir vite et courir longtemps ; lancer loin et lancer précis ; sauter haut et sauter loin.
- Accepter de viser une performance mesurée et de se confronter aux autres
- Remplir quelques rôles spécifiques

### Cycle 3

- Réaliser des efforts et enchaîner plusieurs actions motrices pour aller + vite, + longtemps + haut, + loin
- Combiner une course/saut/lancer pour faire la meilleure performance cumulée
- Mesurer et quantifier les performances, les enregistrer, les comparer, les classer
- Assurer les rôles de chronométreur et d'observateur

## Activités aquatiques

### Cycle 1

- S'engager dans le milieu aquatique dans toutes ses dimensions en toute sécurité
- Construire des appuis solides dans l'eau, se déplacer sur/sous l'eau, en petite/moyenne profondeur
- Maîtriser ses appréhensions

### Cycle 2

- Réaliser dans l'eau un parcours d'une quinzaine de mètres, sans appuis, après 1 temps d'immersion
- Réaliser un parcours en adaptant ses déplacements à un environnement inhabituel
- Respecter les règles de sécurité

### Cycle 3

- Réaliser un parcours dans plusieurs environnements inhabituels
- Connaître et respecter les règles de sécurité
- Identifier la personne responsable à alerter ou la procédure en cas de problème
- Valider l'attestation scolaire du savoir-nager
- Réaliser des efforts, enchaîner plusieurs actions, mesurer et quantifier les performances, les classer, les comparer

## Jeux et sports collectifs

### Cycle 1

- Coopérer, exercer des rôles différents/complémentaires, s'opposer, élaborer des stratégies pour viser un but ou un effet commun, dans le cadre d'une règle

### Cycle 2

- S'engager dans un affrontement individuel ou collectif en respectant les règles
- Contrôler son engagement moteur et affectif pour réussir des actions simples
- Connaître le but du jeu
- Reconnaître ses partenaires et adversaires

### Cycle 3

- S'organiser tactiquement pour gagner le match en identifiant les situations favorables de marque
- Maintenir un engagement moteur efficace sur tout le temps de jeu prévu
- Respecter les partenaires, adversaires et arbitre(s)
- Assurer différents rôles sociaux : joueur, arbitre, observateur
- Accepter le résultat de la rencontre et être capable de le commenter

## Danse

### Cycle 1 - danse créative

- Construire et conserver une séquence d'actions et déplacements avec les autres, avec ou sans musique
- Endosser les différentes postures : danseur, spectateur, observateur

### Cycle 1 - rondes, jeux dansés et chantés

- Danser sur des rondes ou jeux dansés en coordonnant ses gestes/déplacements avec ceux des autres

### Cycle 2

- Mobiliser le pouvoir expressif du corps, en reproduisant une séquence simple d'actions apprises ou en présentant une action inventée
- S'adapter au rythme, mémoriser des pas, figures, éléments et enchaînements

### Cycle 3

- Réaliser en petits groupes deux séquences : une à visée acrobatique (évaluée) et une à visée artistique
- Savoir filmer une prestation pour la revoir et évoluer
- Respecter les prestations des autres, accepter de se produire devant les autres

## Activités athlétiques

### Définition :

Activité de performance motrice qui demande un effort à dominante énergétique dans un milieu déterminé, avec ou sans matériel

### Champ apprentissage cycle 1 :

Agir dans l'espace, dans la durée, sur des objets

### Champ apprentissage cycle 2 et cycle 3 :

Produire une performance maximale, mesurée, à une échéance donnée

### Ressources bioénergétiques :

Développer/maintenir un effort de faible intensité sur longue durée ou forte intensité sur courte durée

### Ressources biomécaniques :

Développer/maitriser coordination des actions, dissociation tronc-membres et synchronisation membres supérieurs/inférieurs

### Ressources bio-informationnelles :

Appréciation/ressenti des distances et vitesses, contrôle des équilibres et déséquilibres, maîtrise du corps dans l'espace

### Ressources cognitives :

Connaître ses possibilités, les règles. Comprendre la notion de vitesse, maîtriser les mesures de temps et d'espaces. Connaître et comprendre fonctionnement du corps

### Ressources méthodologiques :

Savoir s'échauffer, observer, gérer ses efforts

### Ressources sociales et affectives :

Accepter de se confronter aux autres ; Chercher à se dépasser, à contrôler ses émotions

## Activités aquatiques

### Définition :

Se déplacer, s'équilibrer et respirer dans un milieu inhabituel en toute sécurité

### Champ apprentissage cycle 1 :

- Adapter ses équilibres/ses déplacements à des environnements ou contraintes variés

### Champ apprentissage cycle 2 et cycle 3 :

- Adapter ses déplacements à des environnements variés

### Equilibre :

- **Terrien** : vertical, appuis plantaires, tête verticale, pesanteur  
- **Débutant** : horizontal, perte appuis plantaires, poussée Archimède  
- **Nageur** : horizontal, perte appuis plantaires, tête horizontale, poussée Archimède

### Propulsion :

- **Terrien** : jambes moteur, appuis fixes, résistance négligeable air  
- **Débutant** : jambes équilibre, bras moteur, appuis fuyants, résistance eau  
- **Nageur** : jambes équilibre, bras moteur, appuis fuyants, résistance eau

### Respiration

- **Terrien** : innée, réflexe, nasale, expiration passive, pas de résistance  
- **Débutant** : volontaire, buccale, expiration active, résistance eau  
- **Nageur** : volontaire, buccale, expiration active et longue, résistance eau

### Prise d'informations

- **Terrien** : visuelles (regard horizontal)  
- **Débutant** : visuelles (regard orienté vers fin bassin) + kinesthésiques  
- **Nageur** : visuelles et kinesthésiques surtout

## Jeux et sports collectifs

### Définition :

Opposition collective dont le but est pour chaque équipe de résoudre à plusieurs des problèmes posés, tout en répondant à des règles

### Champ apprentissage cycle 1 :

Collaborer, coopérer, s'opposer

### Champ apprentissage cycle 2 et cycle 3 :

Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel

### Terrains :

- **Hand** : 20x20  
- **Basket** : 15x10  
- **Volley** : 6x3  
- **Foot** : 30x20  
- **Rugby** : 30x20

### Ballons :

- **Hand** : taille 0  
- **Foot** : taille 3/4  
- **Basket** : taille 5  
- **Volley** : taille 5

### Types de jeux :

- Jeux où groupe est en fusion  
- Jeux groupe s'oppose avec droits/devoirs différents  
- Jeux groupe s'oppose avec droits/devoirs identiques

## Danse

### Définition :

Se mouvoir pour émouvoir.  
L'art d'évoquer, d'imaginer, de symboliser pour créer, communiquer corporellement une vision artistique du réel

### Champ apprentissage cycle 1 :

Communiquer avec les autres au travers d'actions à visée expressive ou artistique

### Champ apprentissage cycle 2 et cycle 3 :

S'exprimer devant les autres par une prestation artistique ou acrobatique

### Composantes :

Corps, espace, temps, énergie, autre danseur

### Trame de variance :

- **Corps** : tout, partie, dissociations segmentaires, équilibres, déséquilibres, sauts, rotations, déplacements  
- **Espace** : taille, forme, nombre, directions, tracés, niveaux  
- **Temps** : durée, vitesse, séquençage, accélération  
- **Relation aux autres** : évitement, contact, agrégation à 2, ensemble, contre, miroir, unisson  
- **Energie** : relâchement, tension, contrastes  
- **Inducteurs** : objets, verbes d'actions, images, actions usuelles, gestes quotidiens, supports musicaux, photographie, histoire  
- **Nombre de danseurs** : seul, groupe, demi-classe, classe  
- **Rôles** : danseur, chorégraphe, spectateur, juge

## Activités athlétiques

### Cycle 1

- Courir, sauter, lancer de différentes façons, dans des espaces et avec des matériaux variés, avec un but précis
- Ajuster et enchaîner ses actions et déplacements en fonction d'obstacles à franchir ou de la trajectoire d'objets sur lesquels agir

### Cycle 2

- Courir, sauter, lancer à des intensités et des durées variables dans des contextes adaptés.
- Savoir différencier : courir vite et courir longtemps ; lancer loin et lancer précis ; sauter haut et sauter loin.
- Accepter de viser une performance mesurée et de se confronter aux autres
- Remplir quelques rôles spécifiques

### Cycle 3

- Réaliser des efforts et enchaîner plusieurs actions motrices pour aller + vite, + longtemps + haut, + loin
- Combiner une course/saut/lancer pour faire la meilleure performance cumulée
- Mesurer et quantifier les performances, les enregistrer, les comparer, les classer
- Assurer les rôles de chronométreur et d'observateur

## Cycle 1

### Courir vite :

- **Relais déménageur** : 2 équipes en // , 2 caisses à 20m + objets  
Elève A part au signal - met objet dans caisse - revient - tape main Elève B
- **Queue du diable** : Binômes, foulards, refuge à 15m ; Elève doit attraper la queue du diable avant qu'il soit au refuge

### Courir longtemps :

- **Déménageurs** : 2 caisses ; Vider une caisse en transportant objets dans l'autre
- **Nourrir les animaux** : Parcours matérialisé avec 3 animaux (10,20 et 30m), Coureurs/observateurs, courir sans s'arrêter (MS = 1 à 3mn et GS = 3 à 6mn)

### Sauter loin :

- **Parcours de la gazelle** : Circuit, 6 lattes espacées de 50cm, 5 cerceaux joints, 6 lattes espacées de 20cm, 7 disques en quinconce
- **Sauter dans le sable** : Sauter le + loin dans le bac en prenant impulsion dehors

### Sauter haut :

- **Les pinces à linge** : Attraper rubans accrochés avec des pinces à un fil en hauteur

### Lancer loin :

- **Le couloir** : Zones matérialisées par couleurs (1 à 4 points)

### Lancer haut :

- **Le filet** : Filet à 1m50 du sol, ligne de lancer // au filet à 50cm jusqu'à 3m ; Lancer par dessus, le + loin possible

### Lancer précis :

- **9 carrés** : 9 carrés de 1,5m avec 3 couleurs, 1 cerceau à 2m des carrés, 1 rubalise à 1m du sol ; Lancer en fronde (profil) sous rubalise

## Cycle 2

### Courir vite :

- **Chameaux/chamois** : 2 équipes puis 2 binômes dos à dos de part et d'autre ligne, signal PE (chameaux ou chamois) et E désignés doivent atteindre leur camp à 10m sans être touché

### Courir en pleine vitesse jusqu'à l'arrivée :

- **Le foulard** : Course 30m, coureurs face à face, couloirs // et contigus  
Coureurs doivent toucher avant les autres foulard tenu par camarade à 5m derrière ligne arrivée

### Courir droit :

- **L'entonnoir** : 20 à 30m, couloir progressivement réduit en largeur

### Courir longtemps :

- **Carrés concentriques** : 3 carrés 8,10,12km/h = 20,25,30 m ; E courent 2mn sur chaque avec 3mn récup et 2x 2mn 1carré choisi.  
1 carré = 36s, PE siffle toutes les 9s = E a un plot du carré.

### Sauter loin :

- **Prendre son élan et sauter** : élan quelques foulées et sauter sans s'arrêter à 2pieds puis PD puis PG.
- **Prendre impulsion efficace** : Zone commune et maison individuelle (cerceau). Au signal = regagner sa maison le + vite possible
- **Améliorer suspension** : sauter par dessus un fil à 30cm du sol et 50cm de la zone d'impulsion

### Lancer loin :

- **Le filet** : lancer par dessus filet avec zone de réception divisée en points. Compter nb de points après 5 lancers.
- **Lancer bras cassé / torsion-rotation**

## Cycle 3

### Courir vite :

- **Chat/souris** : Binômes ; Souris devant le chat à 2m et chat essaie de la rattraper avant ligne à 15m

### Courir en pleine vitesse jusqu'à l'arrivée :

- **A la rencontre** : Courir 20/30m, coureurs face à face dans des couloirs, le 1er qui franchit la ligne centrale à équidistance des 2

### Courir droit :

- **Sur la ligne** : Courir sur 20m en s'aidant des lignes des couloirs

### Course de durée :

- **Carrés concentriques** : 4 carrés 8,10,12,14km/h = 20,25,30,35 m ; E courent 2mn sur chaque avec 3mn récup et 2x 2mn 1carré choisi.  
1 carré = 36s, PE siffle toutes les 9s = E a un plot du carré.

### Saut en longueur :

- **Pied d'appel** : 2 couloirs // face au sautoir à 15m, sur le 1e des plots espacés de 50cm entre les 9 et 15m. Préciser sa distance d'élan déterminée dans le 1e et réalisé le 2e sans plot. Répéter 5fois.

### Lancer :

- **Le filet** : une aire de lancer (cerceau) placée en retrait d'un élastique tendu horizontalement (1m20, 1m50, 1m80). 3 zones de réception (tapis) disposées à 3, 5 et 8m aire lancer. L'atteints les 3cibles à une hauteur choisie de l'élastique.  
Lancer à l'amble (bras/jambe même côté) --> Lancer orienté, équilibré

## Activités aquatiques

### Cycle 1

- S'engager dans le milieu aquatique dans toutes ses dimensions en toute sécurité
- Construire des appuis solides dans l'eau, se déplacer sur/sous l'eau, en petite/moyenne profondeur
- Maîtriser ses appréhensions

### Cycle 2

- Réaliser dans l'eau un parcours d'une quinzaine de mètres, sans appuis, après 1 temps d'immersion
- Réaliser un parcours en adaptant ses déplacements à un environnement inhabituel
- Respecter les règles de sécurité

### Cycle 3

- Réaliser un parcours dans plusieurs environnements inhabituels
- Connaître et respecter les règles de sécurité
- Identifier la personne responsable à alerter ou la procédure en cas de problème
- Valider l'attestation scolaire du savoir-nager
- Réaliser des efforts, enchaîner plusieurs actions, mesurer et quantifier les performances, les classer, les comparer

## Cycle 2

### Entrer dans l'eau :

- Marches, échelle, perche, toboggan, saut, bascule

### S'immerger et se déplacer sous l'eau :

- Bulles, ouvrir les yeux, parler, passer sous un obstacle, ramasser objet, passer dans un objet, dans plusieurs objets, remontée passive, ramasser plusieurs objets en MP/GP

### S'équilibrer sans se déplacer :

- Se faire tirer par un camarade, s'équilibrer à l'aide de matériel, faire l'étoile de mer, se mettre en boule, s'équilibre verticalement

### Se déplacer :

- Marcher/courir dans l'eau, se déplacer le long du mur, se déplacer avec aide, étoile de mer, se déplacer avec aide sur 15/20m, faire glissée et coulée, se déplacer seul en MP sur 5/7m, se déplacer sans aide ni reprise d'appuis sur 15m en MP

### Fabuleux voyage de Lola :

- **L'aventure du grand bassin** : équilibre et prise d'infos / Entrer dans l'eau + remontée passive (poisson touboule) ; étoile (étoilante d'eau) ; se laisser flotter, membre à la verticale, visage dans l'eau (moméduse)
- **Souris jouent aux bateaux** : équilibre et propulsion / Par 2, explorer solutions pour traverser une zone l'un tirant l'autre (bateau/moteur)

### Jeu immersion :

- **Le tunnel** : E en colonne, mains sur épaules, passer sous le tunnel (cerceaux à la verticale à différentes hauteurs)

### Jeu déplacement :

- **Epervier** : traverser le bassin au signal sans se faire toucher, s'échapper en s'immergeant
- **Béret** : 2 équipes, numérotés, objet au centre sur tapis

### Jeu propulsion :

- **Balles brûlantes** : 2 équipes séparées pas liane d'eau, se lancer

## Cycle 1

### Se déplacer en gardant appuis plantaires :

- **Chat/souris** : Marcher ou courir dans l'eau pour découvrir sa résistance

### Se déplacer sans appuis plantaires :

- Se déplacer le long du bord/à la goulotte
- **Course à 2** : un E traîne un autre par les mains ou aisselles

### Se déplacer avec le corps profilé :

- **Jeu de la fusée** : Se propulser en glissée ou coulée sur le bord
- **Jeu du propulseur** : un E pousse son camarade pour qu'il aille + loin possible sans bouger

### Entrer dans l'eau :

- Marches, échelles, cage, perche, toboggan, sauter

### S'équilibrer :

- Planche, étoile de mer dorsale/ventrale, boule

### S'immerger :

- Regarder, souffler, parler, vivre la remontée passive
- **Filet de pêcheurs** : E pêcheurs et E poissons. Pêcheurs se tiennent par la main et forment filet. Poisson pour se délivrer doit passer sous les bras/jambes du pêcheur.

### Aqua-course :

- Se déplacer dans espace et au signal, rejoindre PE au milieu du bassin. 1) E choisit façon de se déplacer. 2) PE impose façon.

### Horloge flottante :

- 2 équipes : une en cercle et se passe ballon/anneau, l'autre effectue 1 tour

### Trésor sur l'île :

- 4 équipes de pirates, 1 tapis/équipe, caisse + anneaux

## Cycle 3

### Entrer dans l'eau :

- S'asseoir sur tapis, s'accroupir, se relever, plonger

### S'immerger et se déplacer sous l'eau :

- Passer dans plusieurs objets décalés en MP/GP
- **Effectuer un plongeon canard** : allongé dans l'eau, regarder le fond, cambrer reins, incliner buste, bras vers le fond, relever jambes

### S'équilibrer sans se déplacer :

- S'équilibrer verticalement en GP, passer d'un équilibre dorsal à ventral

### Se déplacer :

- Se déplacer en MP/GP en utilisant une ou plusieurs nage(s) : brasse, dos crawlé, crawl

### Parcours subaquatiques :

- **Déménageurs** : 2 cerceaux immergés, déplacer objets de l'un à l'autre / prise d'air, apnée, expiration progressive
- **Slalom** : Plots lestés forment slalom / yeux ouverts : vision subaquatique
- **Multi-hauteur** : cerceaux immergés verticalement à hauteurs variées / tête mobile pour prise infos

### Nager longtemps :

- **Dauphin** : parcours- entrer (saut/toboggan), immerger (cerceaux/cage), déplacement (aide frite ou tapis), s'immobiliser (aide frite), sous ou sur obstacle (tapis), immersion (ramasser anneaux)

### ASSN :

- Chute arrière, se déplacer 3,5m, franchir en immersion complète obstacle d'1,5m, se déplacer 15m sur le ventre + surplace vertical

## Jeux et sports collectifs

### Cycle 1

- Coopérer, exercer des rôles différents/complémentaires, s'opposer, élaborer des stratégies pour viser un but ou un effet commun, dans le cadre d'une règle

### Cycle 2

- S'engager dans un affrontement individuel ou collectif en respectant les règles
- Contrôler son engagement moteur et affectif pour réussir des actions simples
- Connaître le but du jeu
- Reconnaître ses partenaires et adversaires

### Cycle 3

- S'organiser tactiquement pour gagner le match en identifiant les situations favorables de marque
- Maintenir un engagement moteur efficace sur tout le temps de jeu prévu
- Respecter les partenaires, adversaires et arbitre(s)
- Assurer différents rôles sociaux : joueur, arbitre, observateur
- Accepter le résultat de la rencontre et être capable de le commenter

## Cycle 1

### Sorciers :

- 1 sorcier contre n joueur, terrain de 10x10m
- **Rééquilibrer chances sorciers/joueurs** : délimiter prison pour joueurs touchés - coéquipiers les délivrent en tapant dans la main
- **Eviter certains joueurs d'être touchés trop rapidement** : délimiter zones refuges temporaires
- **Dédramatiser l'enjeu et permettre à tous d'être sorcier** : PE joue sorcier avec 1 élève
- **Augmenter l'incertitude chez les joueurs** : augmenter nb sorciers

### Epervier :

- Moutons doivent au signal "Epervier sortez", traverser le champ sans se faire toucher, terrain de 20x20m
- **Rééquilibrer rapport de force en faveur épervier** : nb éperviers augmenté
- **Rééquilibrer rapport de force en faveur moutons** : joueurs devenus éperviers ne bougent pas ou font une chaîne
- **Jouer différemment, modifier motricité** : moutons se déplacent avec un ballon et épervier élimine en touchant/sortant le ballon
- **Permettre à tous de jouer** : ballons de différentes tailles, poids et formes

### Rivière aux crocodiles :

- Gazelles, au signal, traversent rivières sans être touché par crocodile, dans sa zone de 3m de large

### Faucons/hirondelles :

- 2 groupes, faucons forment une ronde et chante "la p'tite hirondelle"

### Queue du diable :

- 2 équipes, 2 couleurs de foulards, 2 cerceaux de chaque couleur, 6mn de jeu pour attraper foulard adversaires

## Cycle 2

### Conserver la balle :

- **Passe à 10** : 6 attaquants et 6 défenseurs (3terrains, 3 jockers côté), se faire un max de passe en 2mn, inverser les rôles
- **Taureau** : Passe à 10 avec un adversaire (taureau) qui doit intercepter ballon

### Faire progresser ballon :

- **Jeu des zones** : 2 équipes, terrain 20x15m avec zones délimitées, Attaquants se déplacent en faisant passes arrières jusqu'à l'embut. Dès interception, points retenus sont ceux de la zone où elle a eu lieu

### Attaquant/défenseur :

- **Roul'hand** : 2 équipes 5/6joueurs, terrain de 20x10m, 3buts espacés de 1m, zone des buts interdite, ne pas garder + de 3s la balle. Les passes s'effectuent au sol, en faisant rouler le ballon.

## Cycle 3

### Faire progresser le ballon :

- **Balle au capitaine** : 2 équipes, celle en possession du ballon tente de le transmettre à son capitaine, sans qu'elle soit intercepté.

### Ecarter le jeu face à la cible :

- **Les 4 paniers** : 2 équipes, chaque équipe peut aller marquer dans 1 des 2 paniers situés du même côté (2paniers/côté)

### Attaquant/défenseur :

- **Poules, renards, vipères** : 3 équipes, chacune a un camp. R doivent attraper les P, les P doivent attraper les V, les V doivent attraper les R (à la fois proie/prédateur). Dès qu'un E est attrapé, il devient prisonnier et peut être délivré si tape dans la main. Si plusieurs prisonniers, ils peuvent former une chaîne.

### Améliorer la passe :

- **Relais volley-ball** : 2équipes de 4 divisées en 2groupes, se faire un max de passe sans faire tomber balle. Lorsqu'un E fait une passe, il se déplace sur le côté et recule derrière son partenaire.

### Améliorer précision tir :

- **Handball chamboule-tout** : 2 équipes, porteur de balle peut faire 2pas avec le ballon, contact interdits, interdit de rentrer dans zone des plots. Après 4mn, on compte le nb de plots tombés.

### Améliorer le dribble :

- **Epervier dribbleur** : Moutons se déplacent en dribblant et épervier les élimine en touchant/sortant ballon

### La thèque :

- 2 équipes( 7à9 joueurs), lanceurs/receveurs dont 1chien placé dans

## Cycle 1 - danse créative

- Construire et conserver une séquence d'actions et déplacements avec les autres, avec ou sans musique
- Endosser les différentes postures : danseur, spectateur, observateur

## Cycle 1 - rondes, jeux dansés et chantés

- Danser sur des rondes ou jeux dansés en coordonnant ses gestes/déplacements avec ceux des autres

## Cycle 2

- Mobiliser le pouvoir expressif du corps, en reproduisant une séquence simple d'actions apprise ou en présentant une action inventée
- S'adapter au rythme, mémoriser des pas, figures, éléments et enchaînements

## Cycle 3

- Réaliser en petits groupes deux séquences : une à visée acrobatique (évaluée) et une à visée artistique
- Savoir filmer une prestation pour la revoir et évoluer
- Respecter les prestations des autres, accepter de se produire devant les autres

## Cycle 2 et 3

## Jeu des variables :

- A partir de verbes d'actions + contrastes, E construit phrase dansée de 2 verbes et 2 contrastes

## Miroir :

- E se déplacent comme ils veulent. Au signal, se placer face à un autre, l'un des 2 propose gestuelle et l'autre imite

## Promenade :

- E se déplacent dans tout l'espace et obligation de passer par certains endroits (cônes)

## Statue :

- E se déplacent et sont obligés de prendre une pause au signal du PE (différents niveaux, différentes directions, avec/sans partenaires)

## Contraste :

- Espace divisé en 2, un contraste pour chaque espace. A chaque fois que l'E change de demi-espace, il doit changer des gestuelle.

## Module cycle 2 - Les sept secrets de Mr Unisson

- **Les crayons** : jouer et dialoguer à travers danse - écrire la musique avec son crayon
- **Le vent magique** : varier énergie - 1E fait le vent, l'autre bouge, tombe selon force et direction vent
- **Chercher les secrets** : porter regard sur l'autre - petits groupes font même compositions sauf 1, autres équipes doivent trouver

## Module cycle 3 - danser sa signature

- **Abécédaire** : images de lettres disposées dans l'espace. 1) Explorer les lettres puis en choisir 2 et les représenter. 2) Enrichir : utiliser appuis différents pour chacune des formes, choisir des orientations et plans différents

## Aborder l'espace :

- **Promenade** : E se déplace dans tt l'espace, de différentes manières
- **Feuilles mortes** : Vent fait voler feuilles, + ou - fort, telle direction

## Aborder le temps :

- **Ruban** : E utilise ruban en suivant indication de vitesse (contrastes)

## Aborder relation aux autres :

- **Sculpteur** : Par 2, au signal, un est statue, l'autre sculpteur
- **Miroir** : Par 2, face à face, mime

## Aborder le corps :

- **Gestes quotidien** : faire deviner aux autres geste de la flashcard
- **Faire semblant** : PE traduit attitudes/émotions, E devinent/imitent/exploquent
- **Chef d'orchestre** : PE puis E présente 1 instrument, E reconnaît

## Aborder l'énergie :

- **Robots** : robots bougent fluide, saccadé...

## Jeu imitation :

- **Tous les légumes**

## Danse à énumération corporelle :

- **Jean petit qui danse**

## Ronde à choisir :

- **Gugus**

## Farandole :

- **La p'tite hirondelle**

## Danse à figures en ligne :

- **Le loup, le renard et la belette**

- **Jeu d'écriture** : 3) Choisir 1 ou 2 lettres et explorer l'écriture des lettres à travers le corps. Utiliser l'espace, les vitesses, les différentes parties du corps, sur de la musique.

4) Ecrire les lettres en utilisant 2 plans avec au moins 3 parties du corps différentes en utilisant différents niveaux, plans et contrastes.

- **Jeu des chemins** : Lettres disposées au sol, dans l'espace. Reproduire leur tracé en se déplacement comme si on avait de la peinture sous les pieds.

5) Explorer le chemin plusieurs fois, prendre des repères par rapport à l'espace.

6) Enrichir : déplacement avec une autre partie du corps, créer un chemin avec 2 actions différentes, 2 orientations, 2 parties du corps...

- **Composer** : A partir des jeux, danser sa signature

- **Représentation**