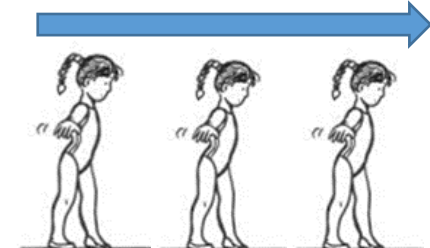


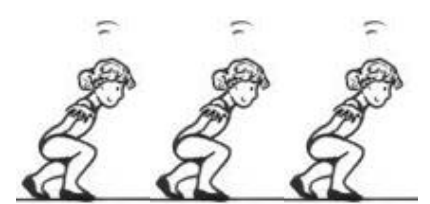



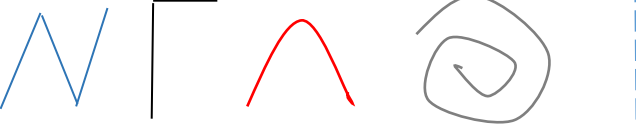
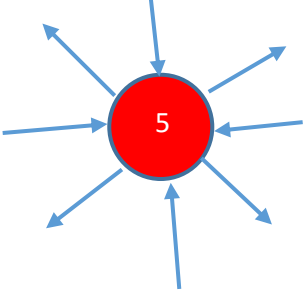


Équipe EPS 63	Une EPS, autrement LA GYM A LA FACON D'UN ÉQUILIBRISTE	Cycle 1-2-3
Illustrations Issues de « Vivre L'EPS-8 ans »	<p>RAPPEL DES FONDAMENTAUX</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Maintenir de la distanciation physique (<i>distancer les élèves de 5m les uns des autres</i>) ❖ Appliquer les gestes barrière ❖ Limiter le brassage des élèves ❖ Assurer le nettoyage et la désinfection des locaux et matériels ❖ Former, informer et communiquer 	
MATÉRIEL	Une ligne au sol matérialisée avec une ficelle, du ruban adhésif, de la craie ou autre.	
<p>Les exercices proposés sont bien entendu à adapter à l'âge des enfants. Pour le cycle 1, cette première page peut suffire en rajoutant la déformation de la ligne. Pour les cycles 2 et 3, l'ensemble de la fiche est utilisable.</p>		
Faire marcher les élèves sur la ligne droite imaginaire ou matérialisée, tout d'abord en avant.		
Vous pouvez varier les déplacements comme en arrière, en crabe...		
Avec des demi-tours		
Accroupi en avant, en arrière, pour faire un demi-tour.		

<p>Avec des petits sauts 2 pieds sur place, en changeant de pied ou des petits sauts d'un pied sur l'autre</p>	
<p>En passant par-dessus l'obstacle en marchant, en sautant.</p>	
<p>Avec des postures (arabesque, flamant rose) durant le déplacement</p>	
<p>Lorsque je maîtrise, je peux déformer ma poutre, en zigzag, en demi-cercle...</p>	
<p>Proposer un petit enchainement aux élèves :</p>	<p>Exemple :</p> <p>2 pas en avant, demi-tour, 2 pas en arrière, 3 secondes de flamant rose , demi-tour, un petit saut, 2 pas accroupi et une arabesque</p>
<p>Créer ensemble</p>	<p>Demandez à chaque enfant de choisir un exercice qui s'assemblera avec le précédent pour construire un enchainement collectif</p>
<p>Par 2 ou 3, en respectant les distances</p>	<p>Un enfant propose un enchainement de 3 éléments maximum, qu'il réalise. Son camarade devra le reproduire à l'identique. Puis on inversera les rôles.</p>
<p>Exemple d'organisation spatiale</p>	 <p>En soleil en respectant les distances de 5m avec un travail en sens opposé</p>