

ACTIVITÉS MOTRICES
DE DÉCOUVERTE

Éveil corporel : quelle est cette ombre ?



SPORT

Auteur

IFAC

—

Public

De 3 à 6 ans

—

Nombre

de participants

Entre 4

et 10 enfants

—

Nombre

de séances

1

—

Durée

25 min

—

Temps

de préparation

0

—

Présentation générale

Ce cycle permet à l'enfant de découvrir son corps et de mieux coordonner ses mouvements. Il développe ses capacités physiques et motrices au moyen d'activités ludiques. Les activités proposées insistent sur les points suivants : concentration, posture, adresse, équilibre et souplesse de l'enfant.

Programme des séances

Séance unique : quelle est cette ombre ?

SÉANCE UNIQUE

Quelle est cette ombre ?

👤 1 animateur | ⌚ 25 min



MATÉRIEL NÉCESSAIRE

Du soleil !



AMÉNAGEMENT DE L'ESPACE

Un espace extérieur ensoleillé.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Développer la connaissance des différentes parties du corps.
- Favoriser la motricité de l'enfant.

PRINCIPE ET DÉROULEMENT

ACCUEIL DES ENFANTS

⌚ 5 min

ANIMATION

⌚ 10 min

Transmission des messages : humour, tristesse, famille, amour, moralité...

ÉTAPE 1

Proposer aux enfants de découvrir leur ombre.

ÉTAPE 2

Déroulement : demander aux enfants de se placer en ligne, dos au soleil et prendre place à côté d'eux. Les ombres se projettent alors au sol devant eux.

Montrer aux enfants qu'en bougeant votre ombre se déplace aussi.

Leur proposer ensuite d'imiter votre ombre en reproduisant vos gestes. Débuter par des mouvements simples : bouger une main, lever un bras, puis les deux bras, pencher la tête, sauter, poser vos deux mains sur le sol.

Dès que les enfants auront bien intégré les règles du jeu, se déplacer avec eux, courir, essayer d'attraper ou de faire disparaître les ombres.

ÉTAPE 3

Conclure et féliciter les enfants.

CONSEILS

Pour impliquer les enfants encore davantage dans cette activité, vous pouvez leur proposer d'inverser les rôles et de vous montrer un mouvement avec leur ombre.

Si vous disposez d'une source lumineuse adaptée, vous pouvez également effectuer cette activité en intérieur.