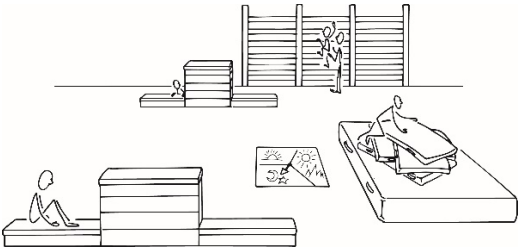
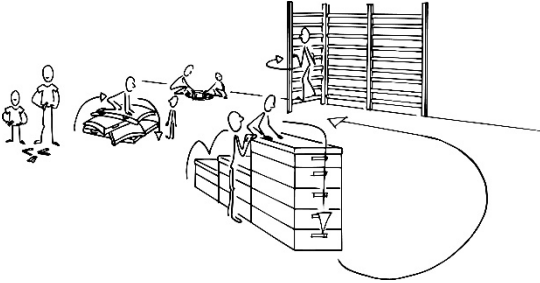

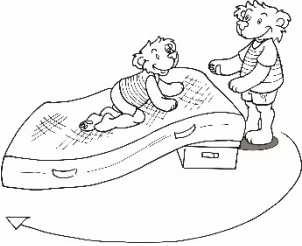
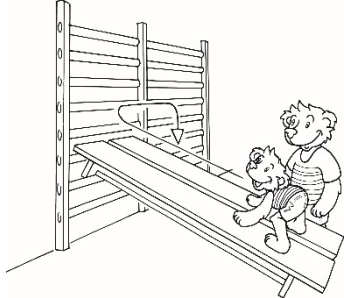


monter - grimper

Activités de base:	Jeu, exercice / exercice avec partenaire, station avec engins:	Matériel	Croquis:
<p>Monter Grimper</p>	<p>Jeu: «la course du soleil» Le moniteur se tient au centre de la salle avec une flèche placée sur un cadre avec des images. Plusieurs engins sont placés dans la salle (un grand caisson avec à chaque bout un sommet de caisson (2x), un empilement de tapis de sol placés sur un tapis de 40. Le moniteur fait tourner la flèche. Selon l'image sur laquelle elle s'arrête, les couples PE font l'exercice associé:</p> <ul style="list-style-type: none"> • soleil qui se lève: PE vont se placer sur l'élément le plus bas (soit tapis de 40, soit sommet de caisson, soit premier échelon des espaliers) • soleil de midi: E grimpent le plus haut possible (soit sur le grand caisson, soit sur le tas de tapis de sol, soit le plus haut possible des espaliers). P assurent la sécurité • nuit, soleil couché: PE vont se cacher derrière un engin (soit caissons, soit tapis) 	<p>Une flèche sur un cadre avec images 2 caissons entiers + 2 sommets de caisson Des tapis de sol + 1 tapis de 40</p>	
<p>Monter Grimper</p>	<p>Exercice (à placer dans un poste) Le soleil: <i>Parcours : un tas de tapis de sol, un enchaînement de caisson de plus en plus hauts, un espalier ouvert</i> PE prennent chacun une pince à linge jaune, la fixe sur leur t-shirt. Ils font le parcours:</p> <ul style="list-style-type: none"> • PE montent sur le tas de tapis de sol, descendent de l'autre côté • E monte sur l'enchaînement de caissons, comme sur un grand escalier et redescend par l'échelle sur le côté du plus haut caisson. Le P assure la sécurité. • PE montent sur l'une des premières marches de l'espalier et avancent en restant à la même hauteur, jusqu'à l'autre bout de l'espalier. 	<p>Pinces à linge jaunes, 1 cerceau jaune, des tapis de sol, 3 caissons</p>	

	<p>Puis PE prennent leur pince à linge et la placent autour d'un cerceau jaune. Ils obtiendront ainsi un grand soleil.</p>		
<p>Grimper</p>	<p>Exercice avec partenaire (à placer dans un poste ou dans une leçon suivie) P se place à 4 pattes. E rampe sous le P, puis revient en passant par-dessus le P.</p>		
<p>Grimper</p>	<p>Exercice avec partenaire (à placer dans un poste ou dans une leçon suivie si possibilité de placer plusieurs tapis de 40) Placer le bord d'un tapis de 40, à l'envers, sur un caisson (2 étages). E grimpe sur le tapis jusqu'en haut, puis s'accroche au P. Le P le ramène au fond du tapis en faisant le tour et en essayant de tenir l'E le minimum possible.</p>	<p>Tapis de 40, caisson (2 étages)</p>	

<p>Monter Grimper</p>	<p>Exercice (à placer dans un poste ou dans une leçon suivie) <i>Placer 2 bancs accrochés côte à côte sur les espaliers</i> E monte sur les bancs, avec un pied sur chaque banc. Puis il redescend par l'espalier. P assure la sécurité</p>	<p>2 bancs espalier</p>	 A black and white line drawing of a child climbing a structure. The structure consists of two long wooden benches attached to a vertical trellis. The child is standing on the lower bench, with one foot on the upper bench. The trellis has several horizontal rungs. The child is looking up at the upper bench.
---------------------------	--	-----------------------------	---