
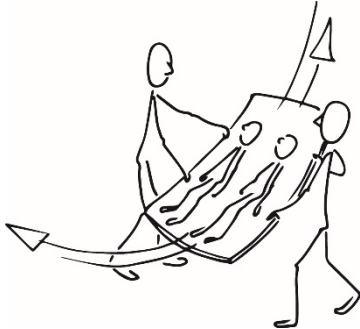
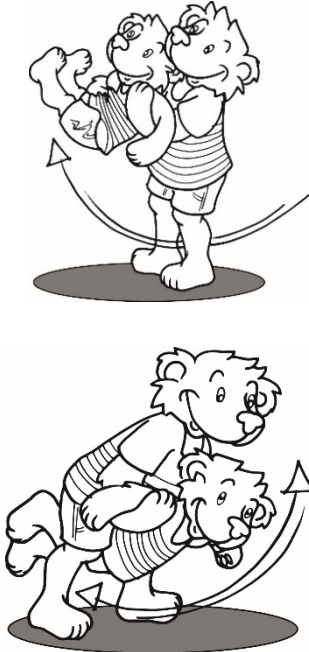




Balancer – tourner / rouler

Activités de base:	Jeu, exercice / exercice avec partenaire, station avec engins:	Matériel	Croquis:
<i>tourner / rouler</i>	<p>Exercice / jeu «manège»: Se mettre en cercle et se donner la main. Le cercle tourne d'un côté, toujours plus vite, ensuite plus lentement et tout le monde s'arrête. Texte qui accompagne le mouvement (tiré de la comptinette du manège, Titounis): Je tourne, je tourne sur mon manège □ Je tourne, je tourne assis sur mon siège Je tourne, je tourne avec mes copains Je tourne, je tourne sur ce refrain Je tourne, je tourne sur mon cheval Je tourne, je tourne, c'est trop génial Je tourne, je tourne, je tourne en rond J'ai la tête qui tourne pour de bon.</p>		
balancer	<p>Exercice avec partenaire «balançoire à tapis / balançoire à drap»:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Deux parents tiennent un tapis de sol ou un drap. Les enfants se posent dessus. Les parents font balancer les enfants. 	tapis de sol ou drap	

balancer	Exercice avec partenaire «sonner les cloches»: L'enfant se pose devant le parent, les deux regardent dans la même direction. Le parent soulève l'enfant sous les aisselles et le fait balancer entre ses jambes écartées.		 The illustration shows two cartoon bears. The larger bear (parent) is standing with legs apart. The smaller bear (child) is being held under the parent's arms. A curved arrow indicates the parent swinging the child forward and back between their legs.
tourner / rouler	Exercice avec partenaire «moulin»: Le parent est assis au sol, les jambes écartées. L'enfant prend les jambes du parent et tourne en rond. Changement de direction et de rôle.		 The illustration shows two cartoon bears. The larger bear (parent) is sitting on the floor with legs spread wide. The smaller bear (child) is sitting on the parent's legs, holding onto them. A circular arrow indicates the child spinning around the parent.

<p>tourner / rouler</p>	<p>Exercice avec partenaire «roulé arrière sur le parent»: Le parent est en position assise, les jambes allongées. L'enfant est assis en position de siège, jambes écartées sur les cuisses du parent et lui fait face. L'enfant fait un rouler arrière et est soutenu par le parent qui le lève légèrement par les hanches. Le parent peut légèrement écarter les jambes pour que la tête de l'enfant ait plus de place.</p>	<p>éventuellement un tapis de sol</p>	
<p>balancer</p>	<p>Station à engins avec anneaux balançants: Le parent se met debout dans les anneaux balançants et l'enfant pose ses pieds sur les pieds du parent. L'exercice fonctionne mieux si un autre adulte donne un peu d'élan au début.</p>	<p>anneaux balançants</p>	