

Feuille de leçon



Thème Rendez-vous en forêt




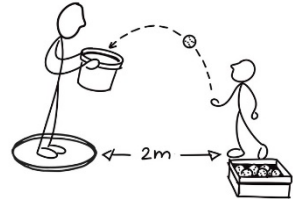

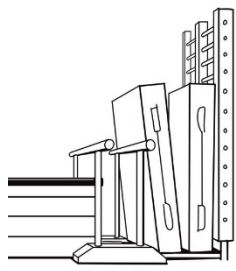
Date 2025
Moniteur Groupe BA

But de la leçon Exercices avec partenaire

Matériel à apporter : Liste du matériel en annexe

But	Contenu	Organisation / croquis	Matériel	Durée
Introduction				
Salutation	Rituel de bienvenue	Cercle de face		2'
	<p>Pour faire la connaissance des animaux du livre « Heribert et les ours », la/le M présente d'abord les images des différents animaux.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Karl le scarabée garde toujours ses boules de nourriture à côté de lui - Heribert la sauterelle est très sociable - Willi, le ver de terre, vit sous terre et est devenu myope - Madame Pips, l'écureuil, adore grimper - Walter le moineau joue de la musique dans un orchestre - Ricci & Nicci travaillent dur dans la fourmilière et ont souvent besoin d'une pause 	Cercle de face	Portraits d'animaux imprimés accrochés sur des piquetes	
Marcher, courir	<p>Jeu en cercle : les amis se saluent</p> <p>Les duos forment un cercle et la/le M tourne à l'extérieur. La/le M se place quelque part au milieu d'un duo. Ces deux personnes marchent désormais à l'extérieur du cercle, en sens inverse. Lorsqu'elles se rejoignent, elles frappent dans leurs mains puis continuent de marcher. Le premier qui rejoint la/le M réintègre le cercle et un autre duo prend le relais. Faire attention à la circulation en sens inverse (ne pas se rentrer dedans) !</p>	Cercle de face		10'
	Mise en place et explication des postes.			10'

Partie principale

	Chaque duo effectue les postes. Les participants décident, une fois arrivés au poste «Ricci & Nicci», avec quel poste ils souhaitent poursuivre.	Postes avec rotation		20'
<p>Rouler, attraper</p> 	<p>Karl <i>Karl adore faire rouler ses boules de nourriture pour les faire grossir.</i></p> <p>Former une ligne avec des cônes et poser une balle sur chaque cône. L'enfant se place à 2-3 m de distance de la ligne et choisit une couleur. Le P, en position de pompe, fait rouler cette balle vers l'enfant. L'enfant attrape la balle et la renvoie à son P.</p>		<p>3-4 cônes des balles de gymnastique de différentes couleurs portrait de Karl</p>	
<p>Lancer, attraper</p> 	<p>Heribert <i>Heribert a plus de bras et de jambes que les humains. Il doit être très doué pour lancer les balles !</i></p> <p>Le P, debout dans le cerceau, tient le seau. L'enfant, à 2 m de distance, lance des balles de tennis dans le seau.</p>		<p>Balles de tennis seau de 10 litres cerceau portrait d'Heribert</p>	
<p>Glisser</p> 	<p>Willi <i>Le ver de terre vit sous terre et creuse des tunnels dans le sol.</i></p> <p>Devant un espalier, placer sur le sol 2 M et 2 M40 à la verticale. La barre bloque les M40. Grimper via le parcours de Pips (voir ci-dessous) et glisser entre les matelas. Le P doit se tenir à côté des matelas épais afin d'aider l'enfant à en sortir.</p>		<p>2 M ESP 1x barres 2 M40 portrait de Willi</p>	

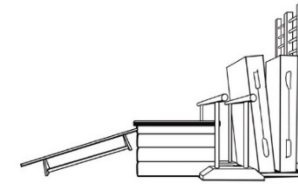
Grimper, tenir en équilibre



Pips

Pips l'écureuil est une spécialiste de l'escalade. Les branches les plus fines ne lui posent aucun problème !

Installer deux CS là où se trouve la «cachette» de Willi.
Accrocher un banc de gymnastique au début du parcours.
Attention : absolument fixer le banc!
Les duos grimpent via le banc et CS et atteignent la cachette de Willi.
Le P aide l'enfant à grimper.



2 CS
2 bancs de gymnastique
Corde
portrait de Pips
ESP

Exercice avec partenaire



Walter

Le moineau a toujours faim : préparons-lui quelque chose à manger.

Deux petites caisses sont posées sur le sol à 10 m de distance. Entre les deux caisses se trouve un slalom de piquets. Chaque duo parent-enfant tient ensemble le tissu étendu, chacun tenant un côté du tissu, et tirent de la première caisse une balle qu'ils placent dans le tissu. Ils transportent la balle dans le tissu à travers le slalom et la pose dans la deuxième caisse, puis ils recommencent.

Variante : l'enfant nomme un aliment de la couleur de la balle. Le parent vérifie que le moineau peut manger un tel aliment.



1 tissu
5-6 piquets
2 caisses
balles de tennis colorées
portrait de Walter

Glisser, lancer



Ricci & Nicci

Catastrophe ! La fourmilière a été abîmée ! Nous devons vite mettre les oeufs de fourmis en sécurité.

2 m à côté d'un banc de gymnastique se trouve un cerceau contenant les balles de ping-pong. A côté se trouvent des morceaux de tapis. L'enfant prend deux balles et le P prend le tapis. Ils marchent ensemble jusqu'au banc. Le P pose le tapis sur le banc, l'enfant s'assoit sur le tapis et le P tire le tapis pour amener l'enfant jusqu'au bout du banc. A la fin du banc se trouve une ligne de démarcation (theraband posé sur le sol) indiquant la zone de lancer. Les duos doivent lancer les balles de ping-pong dans les gobelets. Celui qui y parvient peut choisir le poste suivant.



Balles de ping-pong
Cerceau
Theraband
Gobelets
banc de gymnastique
2 morceaux de tapis
portrait des fourmis

Partie finale	Nous rangeons ensemble les postes.			10'
Agilité, motricité	Retour au calme Chaque duo reçoit un gobelet. Chacun son tour, nous lançons des balles de ping-pong de gobelet en gobelet.	Cercle de face	1 gobelet par paire 4 à 6 balles de ping-pong	4'
Rituel de fin	Voir l'annexe			2'

Remarque / Evaluation:

Taille de groupe appropriée: 12 couples soit 24 participants.

Cette leçon a été conçue en accompagnement du livre d'images FSG «Heribert et les ours», mais peut également avoir lieu sans inclure l'histoire avec les animaux.

Annexe

Rituels de l'accueil et pour clore le cours, chants, comptine

Rituel de bienvenue :

Hop, hop, hop-là, est-ce que tous les enfants sont là ?
Hop, hop, hop-là, regardons encore une fois !
On applaudit et on tape du pied,
On saute... et on se salue.
Hop, hop, hop-là, regardons encore une fois !
Hop, hop, hop-là, tout le monde est là.

Rituel de fin :

Hop, hop, hop-là, est-ce que tous les enfants sont là ?
Hop, hop, hop-là, est-ce que tous les enfants sont là ?
On saute et on tape du pied,
On saute et on tape du pied.
Hop, hop, hop-là, on se dit «à la prochaine fois» !

Liste de matériel (à apporter)

Portraits d'animaux imprimés (cours de base, section «téléchargements»)
Seau 1x
Tissus 2x
Caisses 2x
Petites balles colorées (par exemple balles de tennis)
Environ 6 balles de ping-pong
Environ 20 gobelets
Morceaux de tapis 2x
Theraband 2x (démarcation indiquant la zone de lancer)

Plus de notes, croquis de la salle

M = monitrice/eur
E = enfant
P = parent
ESP = espalier
T = petit tapis
M40 = matelas épais
CS = caisson suédois
B = banc de gymnastique