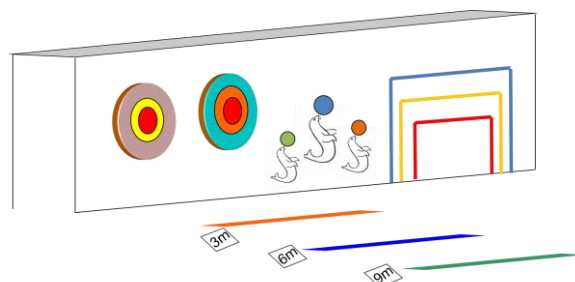


COMPETENCE : LANCER

Niveau 1 : Produire des trajectoires différentes en hauteur et en distance

(Compétence minimale attendue en fin de cycle 2)

ATELIER : CIBLES AU MUR



DISPOSITIF :

- Privilégier des séries de lancer pour chaque élève (entre 3 et 5 répétitions)
- Sécurité: élèves en attente dans une zone située derrière le lanceur (baliser la zone de lancer)

MATERIEL et VARIABLES :

- Engins variés (taille, poids, forme)
- Cibles à atteindre hautes, larges et éloignées
- Effectuer des séries de lancer : avec des engins identiques ou différents
- Lancer des engins identiques sur des cibles différentes

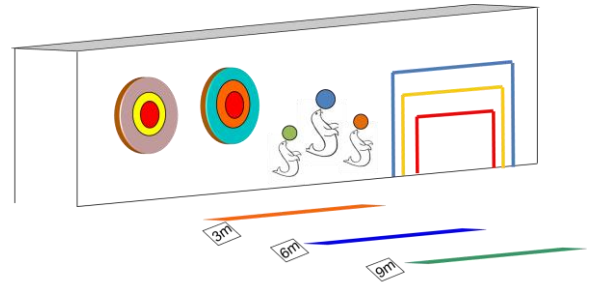
Ce qu'il y a à apprendre pour l'élève :

Expérimenter différentes façons de lancer et mettre en relation les postures, les trajectoires et la zone atteinte.

COMPETENCE : LANCER

Niveau 2 : Développer 1 corps gainé et tonique pour projeter efficacement 1 engin
(Compétence minimale attendue en fin de cycle 3)

ATELIER : CIBLES AU MUR



DISPOSITIF :

- Privilégier des séries de lancer pour chaque élève (entre 3 et 5 répétitions)
- Sécurité: élèves en attente dans une zone située derrière le lanceur

MATERIEL et VARIABLES :

- Engins variés (taille, poids, forme)
- cibles à atteindre hautes, larges et éloignées
- Effectuer des séries de lancer : avec des engins identiques ou différents
- Lancer des engins identiques sur des cibles variées
- 2 poteaux avec un élastique tendu (obstacle) devant le lanceur donnent la trajectoire
- 1 caisse renversée (10-15cm) écrasée avec le pied au moment de lancer accentue la sensation de grandissement

Ce qu'il y a à apprendre pour l'élève :

- Régularité dans les lancers (touche la même cible avec le même engin régulièrement)
- Construire une posture de grandissement corporel au moment du lancer
- en fin de lancer :
 - regard orienté vers la cible
 - buste ouvert et orienté vers la cible