

Fiche élémentaire : « Activités physiques »

S1

S2

S3

S4

S5

LES JEUX A VISÉE ARTISTIQUE ET ACROBATIQUE

DANSE HIP-HOP

Actions dominantes :

Produire, reproduire, créer des mouvements, seul ou à plusieurs, pour ressentir le plaisir du corps qui s'anime et pour communiquer et provoquer à travers les formes perçues, des réactions affectives chez des spectateurs.

Terrain : aucun

Nombre de joueurs : de 2 à 12

Matériel : des cartes de mouvements à reproduire/ CD et lecteur CD

Pour danser :

Les enfants tire au sort des cartes pour en reproduire le mouvement.

Exemples avec des mots anglais/mots français:

« Eachick »/ « le pouce de l'auto-stop » : faire de l'auto-stop

« Clap back, clap front » : taper des mains derrière, taper des mains devant

« Funky chicken »/ « la poule rigolote » : marcher comme une poule en bougeant les coudes

« Funky pingoin »/ « le pingouin rigolo » : marcher comme un pingouin bras et jambes tendus

« Lock »/ « bloque » : bloquer vers l'avant les coudes et tenir (freeze)

« Snap the fingers » : claquer des doigts sur un tempo

« Cross down »/ « croiser en bas » : se déplacer en croisant les bras ou les jambes vers le bas

« Moon walk »/ « le pas de la lune » : déplacement arrière glissé

« Wave »/ « la vague » : ondulation des bras

« Twist a flex »/ « talon-pointe » : déplacement talon-pointe

« La chandelle » : tenir sur le haut dos les jambes tendues en l'air
etc...

Organisation :

Seul, à deux, à plusieurs, en lignes, en « battles »...

Sur de la musique ou non

Variantes :

tirer 3 cartes et enchaîner les trois mouvements, seul, à deux, à plusieurs

Inventer une chorégraphie à partir des différents mouvements

Utiliser des musiques à tempo varié...

Pour aller plus loin , d'autres idées :

http://eps.ac-creteil.fr/IMG/doc/2007-2008_fpc_hiphop_peltre.doc

https://www.revue-eps.com/fr/danse-hip-hop_o-15368.html

https://www.revue-eps.com/view_bonus.php?id_publication=467&type_produit=publications&media=videos&id_media=59

JEUX DE MIME

Actions dominantes :

Imiter, transmettre, coopérer, développer l'imaginaire, maîtrise de l'espace.

Plaisir de jouer.

Terrain : néant

Nombre de joueurs : de 2 à 12

Matériel : sans matériel ou des cartes des métiers

Pour jouer :

Un ou plusieurs joueurs se placent au milieu d'un cercle formé par les autres joueurs, et imitent un métier tiré au sort parmi les cartes ou choisi préalablement entre les imitateurs.

Pour gagner :

Il s'agit d'être le premier à identifier **le métier imité**

Organisation :

Les joueurs sont placés en cercle.

Règles :

Règles :

Un seul essai pour la réponse est accepté.

Si le métier est trouvé, le joueur prend la place de l'autre et imite à son tour un métier.

Variantes :

L'imitation peut être un animal, un chanteur, un acteur, un personnage célèbre, un sport, un verbe d'action, une lettre de l'alphabet...

Par équipe, réussir à faire deviner le plus de métiers possibles en un temps donné.

LES JONGLEURS

Actions dominantes :

Manipuler une grande variété d'objets de multiples manières en jouant avec la pesanteur.

Terrain :

Nombre de joueurs : de 12 à 24

Matériel :

- objets à déplacement lent facilitant la mise en place à terme de la technique de jonglage : foulard, tissus légers, papier de soie, plume, ballon de baudruche, journaux, sac plastique...

- objets facilitant la préhension (tenir, rattraper) : sac de graines, sac plastique rempli de papier de journal, petit coussin, pelote de laine, cordelette nouée, balle de jonglage...

- objets développant différents types de préhension : tissus de différentes tailles et poids, anneaux, boîte, massue, petite bouteille plastique, cordelette, balle de ping-pong, balle rebondissant, bouée gonflable, chapeau...

- objets à manipulation indirecte : bâton du diable, diabolo, objet et corbeille, objet et tissu, assiette...

Pour jouer :

- lancer- rattraper
- se lancer
- poser
- équilibrer sur le corps - faire glisser
- rouler, enrouler, faire rouler - faire rebondir
- bloquer
- tourner, faire tourner

Organisation :

Seul, à deux, à plusieurs, en cercle, en ligne, en dispersion...

Variantes :

La situation de jonglage peut se complexifier

- en jouant sur l'objet de jonglage retenu
- en augmentant le nombre d'objets, de jongleurs - en introduisant des déplacements

et s'enrichir en jouant sur l'expression, l'aspect visuel et sonore.