



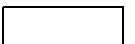
Schéma pour la préparation d'une leçon de gymnastique enfantine

Nom / Prénom : __Mary Christine

Thème : L'athlétisme

Buts de la leçon	Préparer / matériel à préparer

Durée	Déroulement, contenus	Organisation, matériel
Premier partie	<p><u>Introduction :</u></p> <p>-</p>	
	<p><u>Echauffement :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - présenter les postes en se déplaçant avec dives mouvements - pas chassé - saut de kangourou - le moulin à vent (tourner les bras) - sur le tapis de 35 monter et descendre en alternant les pieds - dans les cerceaux faire l'horloge par 2 (la monitrice montre l'heure) 	



Durée	Déroulement, contenus	Organisation, matériel
Partie principale	<p><u>Partie principale :</u></p> <p>-voir dessin si joint</p> <p>-1 le lancer du disque (frisbee) -2 le départ de la course et détente -3 le saut de haie -4 le saut en longueur -5 le saut en hauteur -6 le lancer de la balle -7 le lancer du poids</p>	<p>6 cônes Élastique 2X Piquets2 Cerceaux 3 Coussinets Haie 4X Tapis de 35 Balle commette Cibles (mondo) Scotch de carrosserie</p>
Partie finale	<p><u>Jouer :</u></p> <p>1. le mime des animaux course /prendre un carte revenir à mi chemin et mimer 2. la tortue et ses œufs / mettre des objets par terre et un E se couche (tortue) à côté, les autre essayent de les voler sans se faire toucher par la tortue</p>	<p>Jeux de mime Eponges</p>
	<p><u>Retour au calme :</u></p> <p>Petit massage avec des boules</p>	

