Niveau : CP	Discipline : EPS	Date : 12/01/2018	Séance n° 1

Séquence : Jeux collectifs d'opposition et de coopération - APSA Lutte
Objectif : Acceptation du contact avec l'autre, coopérer et s'opposer, occuper différents rôles et respecter des règles, prendre conscience de son schéma corporel et de ses propres capacités physiques ; contrôler ses émotions et la frustration.

Titre de la séance : Introduction aux jeux collectifs « Moi et les autres »

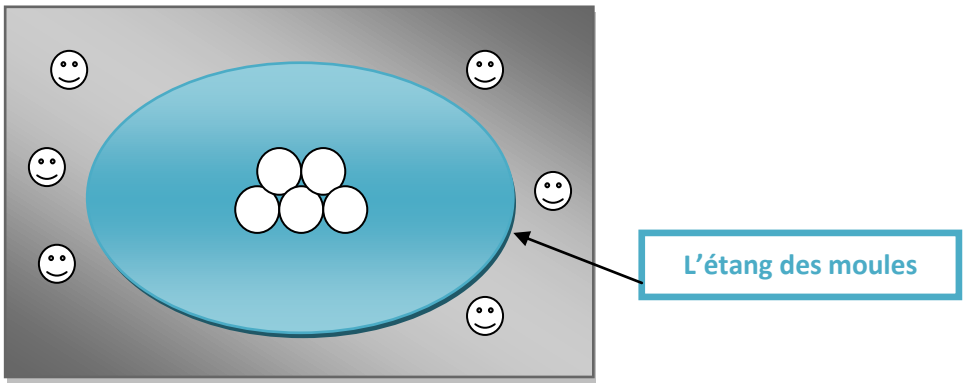
Objectifs spécifiques : Trouver sa place dans un groupe au cours de jeux à règles ; se sentir en confiance ; prendre du plaisir à jouer à plusieurs.

Compétences : - Accepter le contact avec l'autre ;

- Comprendre et respecter des règles ;
- Avoir en confiance en soi et faire confiance aux autres.

Matériel :

Durée	Modalités de travail	Déroulement
2 min	Classe entière, tous assis en cercle	**Présentation de la séquence :** Vous savez que l'on va commencer une séance de lutte. Je vous ai expliqué ce que c'était la dernière fois. Je vais faire 3 séances avec vous et ensuite vous allez continuer avec madame Causeret. Tout d'abord je vous rappelle qu'il y a des choses à savoir et des règles à respecter quand on fait de la lutte, et en général en EPS. Sécurité : On doit faire attention à ses camarades et veiller à ce qu'ils ne se fassent pas mal. Pour aujourd'hui, ce que l'on va faire ce n'est pas exactement de la lutte mais c'est des petits jeux, des exercices qui vont nous servir d'entrainement, de préparation. C4est une phase très importante et nécessaire.
5 min	Travail en collectifs (classe entière) Occupation de tout l'espace de la salle de motricité.	**Phase de mise en route : « Jeux d'échauffement »** **Les flaques d'eau qui forment l'océan → Contact progressif** 1. On marche librement en essayant d'occuper tout l'espace. 2. On salue les enfants que l'on croise. 3. On marche et on salue les personnes que l'on croise en exprimant la joie. 4. Même chose mais cette fois en boudant les autres. 5. On marche comme si on était léger, puis lourd. 6. On s'arrête, on fond comme une bougie, on se transforme en eau qui coule par terre, on devient une flaque d'eau. 7. Puis les flaques d'eau se rassemblent (on rampe par terre pour se regrouper). **Téléphone arabe physique : → Jeu de contact et d'écoute** Assis en cercle, tous ensemble. Tout le monde se tient la main. Le meneur de jeu (l'enseignant.e) lance un message (ex : une pression de main, ou sur l'épaule, le bras, le genou…). Le message doit faire le tour complet et revenir au meneur.
30 min	Classe entière	**Phase d'entraînement :** **Jeu 1 : « Les pingouins » → Jeu de contact** Nombre : 10 et plus Matériel : Papiers journaux ou tapis, musique But du jeu : Tous les pingouins doivent rester sur la banquise même si celle-ci se met à

		fondre. Déroulement : Les participants sont les pingouins et ils se baladent dans l'eau sur une musique. Lorsque la musique s'arrête, les pingouins doivent monter sur les papiers journaux (banquises). Au fur et à mesure du jeu, la banquise fond, les papiers journaux sont de moins en moins nombreux mais tout le monde doit pouvoir se mettre sur le journal restant. Variantes : Utilisation d'autres matériaux ou adaptation à d'autres thèmes que les pingouins et leur banquise.
	Travail en groupe (un groupe de 5 et un groupe de 6)	**Jeu 2 : « La pieuvre » → Jeu de contact** Nombre : À partir de 5 ou 6 Matériel : Foulard But du jeu : La pieuvre que forment les 5 ou 6 joueurs doit se déplacer sans problème, et de façon coordonnée. Déroulement : Quatre ou cinq joueurs, yeux bandés, forment un cercle autour du dernier joueur qui représente la tête de la pieuvre et doit la diriger dans ses déplacements entre des obstacles. Les autres joueurs sont les pattes et doivent toucher la tête d'un seul doigt. Sans perdre ce contact physique, ils doivent suivre tous les mouvements de la tête. La pieuvre doit se déplacer sur le fond la mer, mais celle-ci est encombrée de déchets (les foulards). Sa tête les voit bien, mais il faut bien diriger ses longues pattes. **Jeu 3 : « À la pêche aux moules » → Jeu de contact et de coopération/opposition** Nombre : à partir de 10 Matériel : Aucun But du jeu : Les pêchers ont faim ils veulent sortir les moules de leur étang mais les moules s'accrochent les unes aux autres sur leur rocher et elles résistent. Déroulement : Au top les pêcheurs entrent dans l'étang pour aller ramasser les moules. Les moules (des enfants allongés au sol, les uns contre les autres), elles doivent bien se tenir les unes aux autres et s'accrocher pour ne pas être mangées. Les pêcheurs doivent tirer les moules pour les sortir de l'étang.  Remarque : pour mieux résister les moules peuvent se tenir et s'accrocher entre elles par les bras, les jambes. Une fois que toutes les moules sont ramassées, on inverse les rôles.
5 min	Travail en groupe (un groupe de 5 et un groupe de 6)	**Phase de retour au calme :** **Une bouteille à la mer : Jeu de contact** Nombre : illimité, par groupes de 6 à 9 participants Matériel : aucun But du jeu : Faire voyager une personne toute raide (la bouteille) dans un cercle formé par ses partenaires (la mer). Déroulement : Une bouteille est tombée à la mer et est ballottée par les remous de la mer jusqu'à ce qu'elle s'échoue sur la plage. Former un cercle assez concentrique sans être collé les uns aux autres. Une personne se place au centre du cercle et doit se raidir.

5 min	Classe entière	Elle se lance alors tomber en arrière où un des partenaires la rattrape pour la renvoyer doucement vers un autre participant. Les élèves qui forment le cercle doivent créer des vagues toutes calmes pour faire voyager la bouteille jusqu'à ce qu'elle s'échoue sur une plage ou que quelqu'un la ramasse. **Phase de verbalisation :** On s'assoie tous en cercle et ceux qui le souhaite peuvent prendre la parole pour faire des remarques ou poser des questions. ➔ Qu'est-ce que j'ai aimé ou non ? pourquoi ? Le jeu des couleurs : Dans un espace délimité à l'avance, les participants se déplacent en marchant. Nommez la couleur d'un vêtement que porte une personne dans le groupe. Tous les participants doivent alors toucher une personne portant un vêtement de la même couleur. On doit arrêter le jeu avant que les participants de s'en lassent.