Stations d'équilibre

Activité

Ressource:
Ressource d'apprentissage de la petite enfance

Année(s): Petite enfance

Contenus d'apprentissage

3.4, 8.1, 8.2, 8.3, 9.1, 9.2, 9.3, 26.1

Consultez le ***Programme de la maternelle et du jardin d'enfants, 2016***, pour connaître les contenus d'apprentissage au complet.

Résultats d'apprentissage

À la fin de l'activité, les enfants peuvent :

- participer activement à des activités de mouvements créatifs.
- faire preuve d'orientation spatiale.
- commencer à démontrer un contrôle des grands muscles avec et sans équipement.
- commencer à démontrer de l'équilibre, de la motricité globale et de la souplesse.

Matériaux

- 5 plumes de paon
- 5 sacs de fèves
- 4 bancs

- Cônes
- Cordes
- 4 tapis
- **Fiche anecdotique d'apprentissage de la petite enfance**

Consignes de sécurité

Inspectez l'aire de jeu pour déterminer que l'adhérence est sécuritaire et éliminer les dangers potentiels. *Indiquez clairement les limites de l'activité et gardez une distance sécuritaire entre l'aire de jeu et les meubles/murs.* Rappelez aux enfants de se déplacer prudemment et de respecter l'espace personnel.

Évaluation

Observez les enfants qui participent activement en faisant preuve d'orientation spatiale, de contrôle des grands muscles et d'équilibre. Inscrivez vos observations sur la fiche anecdotique.

Stations d'équilibre

Créez les 4 stations d'équilibre suivantes. Revoyez les instructions et les règles de sécurité pour chaque station. Les enfants travaillent en groupes de quatre ou cinq et explorent chaque station, en changeant de station à toutes les quatre à cinq minutes :

- **Station de la plume** : Mettre une plume de paon en équilibre sur différentes parties du corps (doigt, nez, coude).
- **Station du banc** : Tenter de se déplacer sur le banc de diverses façons.
- **Tapis** : Les enfants tentent de se mettre en équilibre sur différentes parties du corps. Combien de parties du corps peuvent-ils utiliser pour maintenir l'équilibre? Combien de parties du corps différentes peuvent-ils utiliser pour maintenir l'équilibre? Rappelez aux enfants de garder leur corps ferme et droit.
- **Sacs de fèves** : Mettre les sacs de fèves en équilibre sur différentes parties du corps et suivre les trajectoires indiquées par des cônes et des cordes à sauter sur le sol.

Notes pour l'équipe pédagogique

- Répétez les règles de sécurité, par exemple : contrôler ses mouvements, prévoir assez d'espace, attendre son tour à chaque station et marcher prudemment sur les bancs.
- Rappelez aux enfants le signal de départ et d'arrêt pour changer de station.
- Demandez aux enfants de créer des stations en suggérant différentes façons de se mettre en équilibre.
- Les enfants cessent l'activité au signal, remettent la station en ordre, s'assoient et attendent que le groupe soit appelé à passer à l'autre station.
- Des cylindres en styromousse coupés en deux peuvent aussi être utilisés comme limites ou comme objets à mettre en équilibre au lieu des plumes.
- Indiquez les trajectoires à l'aide de cônes et de cordes.

Questions pour prolonger et améliorer le jeu

- Pourquoi est-il important de bouger de façon sécuritaire sur le banc?
- Combien y-a-t-il de façons de se déplacer sur le banc?
- Sur quelles parties du corps peux-tu mettre le sac de fèves en équilibre?