

Compétence visée : Adapter ses équilibres et ses déplacements à des environnements ou des contraintes variés

PS	MS
----	----



Activité support : PARCOURS avec équilibre et prise de risques

Acquisitions attendues

Moteur

- élargir un potentiel d'actions élémentaires : pousser, tirer, monter, franchir, grimper, descendre, se suspendre, traverser selon un parcours

Cognitif

- repérer des indices et le but à atteindre
- respecter les contraintes dans les dispositifs imposés

Affectif/social

- contrôler ses émotions
- coopérer
- s'engager dans l'action

Situations proposées : quatre phases

I- Bric-à-brac, exploration du matériel

- Accumulation de matériel :
- Dispositif libre (3 séances)

II- Déplacements libres

- Entrées ou sorties non identifiées :
- Dispositif organisé 1 (3 séances)
 - Dispositif organisé 2 (3 séances)

III- Mise en projet, jeux

- S1- Rivière aux crocodiles
- S2- Promenade des poupées
- S3- Chasse au trésor

IV- Chemins, déplacements organisés

- S1- Parcours en étoile (3 séances)
- S2- Des chemins plus difficiles (3 séances)
- S3- Réaliser un contrat

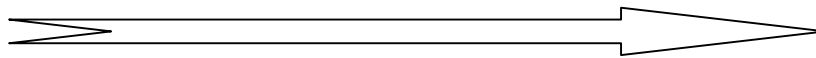
Axes de progressivité

Equilibre/déplacements

Accepter de tenir en équilibre sur une surface avec des appuis des mains et des pieds

Utiliser ses pieds et ses mains pour se déplacer en équilibre

Utiliser le moins d'appuis possible pour se déplacer en équilibre

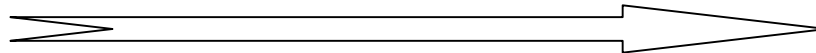


Prise d'informations

Prendre des repères autour de soi

Décentrer son regard pour se déplacer

Anticiper pour aller chercher un trésor

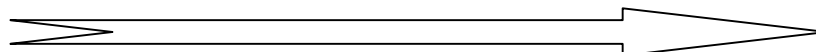


Emotions

Surmonter la peur de tomber

Oser s'engager dans la recherche d'un déplacement et d'un équilibre inhabituels

Eprouver du plaisir dans des sensations nouvelles lors de déplacements en équilibre



Préambule

Agir, s'exprimer, comprendre à travers l'activité physique :

La pratique d'activités physiques et artistiques contribue au développement moteur, sensoriel, affectif, intellectuel et relationnel des enfants. Ces activités mobilisent, stimulent, enrichissent l'imaginaire et sont l'occasion d'éprouver des émotions, des sensations nouvelles. Elles permettent aux enfants d'explorer leurs possibilités physiques, d'élargir et d'affiner leurs habiletés motrices, de maîtriser de nouveaux équilibres. Elles les aident à construire leur latéralité, l'image orientée de leur propre corps et à mieux se situer dans l'espace et dans le temps. (B.O. du 26 mars 2015, p. 9)

Les programmes de 2015 préconisent d'amener les élèves à découvrir leurs possibilités en proposant des situations qui leur permettent d'explorer et d'étendre leurs limites. L'enseignant accompagne donc les élèves dans la mise en jeu de conduites motrices inhabituelles et dans le développement de nouveaux équilibres.

Le document « Parcours avec équilibre et prise de risques » a pour but d'aider à la conception d'un module d'apprentissage en prenant en compte certains points :

1. Les situations proposées s'adressent aux élèves de **Toute Petite, Petite et Moyenne Sections**. Elles sont regroupées sous le terme « étape » et partent de **phases d'exploration pour aller vers la structuration des apprentissages**. Elles suivent en ce sens une réelle progressivité.
2. L'enseignant peut choisir et cibler les situations en fonction de leur complexité et en fonction de l'âge de ses élèves. **Le document n'est donc pas à suivre dans sa totalité.**
3. Le module peut être proposé à différents moments de l'année et du cycle. Il pourra évoluer entre ces différents moments.
4. **Le principe du « bric-à-brac », véritable séance d'exploration** avec les plus petits, est clairement mis en avant. Sa richesse et son intérêt reposent sur une libre disposition du matériel.
5. **Les situations proposées nécessitent d'être reconduites plusieurs fois** notamment celles qui correspondent aux phases d'exploration libre à partir d'un « bric-à-brac » organisé par les élèves ou à partir d'un dispositif organisé par l'enseignant.
6. Les parcours avec équilibre et prise de risques n'induisent **aucun sens de déplacement**, favorisent les **entrées et les sorties multiples** de façon à accroître les essais, les temps d'activité motrice et la différenciation.

Définition du bric-à-brac

1) Qu'est-ce que le « bric-à-brac » ?

Objectif : solliciter les élèves sur le plan des actions motrices de base (tirer, pousser, se déplacer, grimper, sauter ...)

C'est	Ce n'est pas
<ul style="list-style-type: none">• Un dispositif qui utilise tout le matériel disponible dans l'école (matériel spécifique d'Education Physique et matériel ordinaire : tables, chaises, bancs...).• Une accumulation de matériel organisée par les élèves : les élèves déplacent à leur guise et installent comme ils le souhaitent pour pouvoir se déplacer dessus ou dessous.• Une organisation qui peut nécessiter la coopération des élèves dans le déplacement des objets lourds.• Un dispositif qui permet à chaque élève d'agir selon son rythme et ses capacités motrices.	<ul style="list-style-type: none">• Une organisation pensée par l'enseignant avec des matériels isolés ou en îlots.• Un dispositif avec des sorties et des entrées identifiées.• Une installation déjà constituée avant l'arrivée des élèves.• Une installation en place qui va servir à plusieurs classes sur un ou plusieurs jours.• Un dispositif qui prévoit des actions motrices identifiées par l'enseignant.

2) Rôle de l'enseignant

L'enseignant prépare tout le matériel disponible dans un coin (ou deux) afin que les élèves puissent venir se servir et installer leur dispositif au centre de la salle.

Par son observation :

- Il accompagne les propositions des élèves par le langage.
- Il guide et enrichit les propositions des élèves tout en respectant leurs choix et leurs intentions.
- Il veille à la sécurité, à la stabilité du dispositif, aux zones de réception ou d'équilibration (tapis), au respect des règles d'or (ne pas courir, ne pas se faire mal, ne pas faire mal aux autres).

3) Les différents temps du « bric à brac » (voir annexe 1)

1. Mise à disposition du matériel varié

2. Passation des consignes

Vous allez prendre tout le matériel que vous voulez et l'installer au milieu pour pouvoir vous déplacer dessus. Vous respecterez les règles d'or : on ne court pas, on ne se bouscule pas, on ne se fait pas mal.

3. Accompagnement par l'enseignant de l'installation et de l'exploration

L'enseignant sollicite par le langage les élèves dans toutes les actions observées. Il peut les guider dans leur exploration qui parfois a lieu pendant l'installation. Il peut garder un temps vers la fin de la séance pour arrêter l'installation et laisser libre cours à l'exploration du dispositif ainsi créé.

4. Rangement par les élèves

Etape I	Situation d'exploration à partir d'un bric-à-brac organisé par les élèves
Compétence	<i>Adapter ses équilibres et ses déplacements à des environnements ou des contraintes variés.</i>
Apprentissages visés	Utiliser l'accumulation de matériel pour explorer des réponses motrices variées. Agir à plusieurs sur de gros objets.
Matériel	Bancs, chaises, poutres, tables, escabeau, briques et tout le matériel de motricité disponible.

But

1- Découvrir et manipuler le matériel à disposition. Utiliser ses caractéristiques et ses propriétés (pousser, tirer, transporter, déplacer...).

2- Utiliser cette accumulation de matériel pour grimper.

Organisation

Classe entière, les élèves découvrent le matériel à disposition puis l'utilisent pour le disposer en bric-à-brac.

Ce dispositif doit être répété sur plusieurs séances afin de favoriser au maximum les explorations motrices.

Consignes

« Allez chercher du matériel pour le réunir au milieu de la salle. Vous pourrez ensuite monter dessus et vous déplacer ».

Critères de réussite

L'élève réussit si il utilise les objets mis à disposition et propose des réponses motrices adaptées.

Recommandations

Principe du bric-à-brac : Afin d'éviter les bousculades, le matériel peut être entreposé dans deux endroits de la pièce.

Les élèves doivent le déplacer à leur guise et le réunir de façon à pouvoir monter dessus et se déplacer.

L'enseignant n'intervient pas pour permettre des situations fortuites et des situations d'entraide. Il observe ses élèves (Utiliser l'Annexe 1)

Le dispositif doit être répété sur 3 séances.

Sécurité : rappeler les règles d'or (ne pas courir dans le bric-à-brac, ne pas se faire mal et ne pas faire mal aux autres).

L'enseignant veille à la stabilité des dispositifs.
Le maître verbalise le lexique et les actions des élèves.

**Langage en situation utilisé par l'enseignant**

Verbaliser :

- le lexique lié aux objets : chaise, tapis, plinth, table, banc, brique...
- les verbes d'actions : tirer, pousser, déplacer, monter, grimper, ramper, glisser, marcher, s'équilibrer...

Etape II	Déplacements libres à partir d'un dispositif organisé par l'enseignant	
Compétence	<i>Adapter ses équilibres et ses déplacements à des environnements ou des contraintes variés.</i>	
Apprentissages visés	Utiliser le dispositif pour explorer des réponses motrices variées. Se déplacer librement.	
Matériel	Bancs, chaises, poutres, tables, escabeau, briques et tout le matériel de motricité disponible.	

But

Découvrir et se déplacer sur le dispositif organisé par l'enseignant.

Organisation

Classe entière : les élèves découvrent le dispositif et se déplacent comme ils le souhaitent.

Il n'y a pas d'entrées ou de sorties identifiées. Il est possible de passer d'un matériel à l'autre, de changer de sens, de chercher à grimper où l'on veut par un chemin choisi.

Consignes

« Vous pouvez vous déplacer comme vous le souhaitez sur tout le parcours en allant où vous voulez sans déplacer le matériel ».

Critères de réussite

L'élève réussit s'il investit le dispositif et respecte les règles d'or.

Recommandations

L'enseignant remplit l'espace avec du matériel qui sollicite les élèves sur le plan des actions motrices de base : se déplacer, grimper, sauter ...

Il organise son dispositif en proposant des obstacles identifiés dans la phase 1 sans perdre l'idée du bric-à-brac : nombreuses ramifications, et accès multiples.

Il répète ce même dispositif sur trois séances.

Il propose ensuite un second dispositif renouvelé également sur 3 séances.

Le maître verbalise le lexique et les actions des élèves.

**Variables**

- Liées aux obstacles (voir annexe 2)
- Complexification du dispositif (voir annexe 2)

Langage en situation utilisé par l'enseignant

Verbaliser et accompagner la prise de risque :

- le lexique lié aux objets : chaise, tapis, plinth, table, banc, brique...
- les verbes d'actions : monter, grimper, ramper, glisser, marcher...

Etape III	Mise en projet des déplacements S1 - Le jeu des poupées	3.1
Compétence	<i>Adapter ses équilibres et ses déplacements à des environnements ou des contraintes variés.</i>	
Apprentissages visés	Se déplacer librement en diminuant le nombre d'appuis.	
Matériel	Bancs, chaises, poutres, tables, escabeaux, briques et tout le matériel de motricité disponible. Matériel spécifique : poupées, marionnettes, peluches.	

But

Découvrir et se déplacer sur le dispositif organisé par l'enseignant en tenant à la main une poupée.

Organisation

Classe entière : les élèves découvrent le dispositif et se déplacent comme ils le souhaitent sans faire tomber leur poupée.

Le dispositif précédent est conservé : pas d'entrée ni de sortie identifiées.

Consignes

« Vous pouvez vous déplacer comme vous le souhaitez sur tout le parcours en allant ou vous voulez. Vous ne devez pas faire tomber la poupée que vous avez à la main ».

Critères de réussite

L'élève réussit si il se déplace sur le dispositif sans lâcher la poupée.

Recommandations

L'enseignant remplit l'espace avec du matériel qui sollicite les élèves sur le plan des actions motrices de base : se déplacer, grimper, sauter...

Il organise son dispositif en proposant des obstacles identifiés dans la phase 1 sans perdre l'idée du bric-à-brac : nombreuses ramifications, et accès multiples.

Variables

- Taille et forme des poupées (petits ou grands formats, matière souple pouvant être coincée sous le bras).
- Nombre d'objets transportés.

**Langage en situation utilisé par l'enseignant**

Verbaliser et accompagner la prise de risque :

- le lexique lié aux objets : chaises, tapis, plinth, table, banc, brique...
- les verbes d'actions : monter, grimper, ramper, glisser, marcher...

Etape III	Mise en projet des déplacements S2 - Le jeu de la rivière aux crocodiles	3.2
Compétence	<i>Adapter ses équilibres et ses déplacements à des environnements ou des contraintes variés.</i>	
Apprentissages visés	Se déplacer librement, en équilibre, sans mettre le pied à terre.	
Matériel	Bancs, chaises, poutres, tables, escabeau, tapis et tout le matériel de motricité disponible. Matériel spécifique pour organiser les liaisons : briques, pavés chinois	

But

Découvrir et se déplacer sur le dispositif organisé par l'enseignant sans jamais poser le pied en dehors du matériel et des tapis de transition.

Organisation

Classe entière : les élèves découvrent le dispositif et se déplacent comme ils le souhaitent.

Le dispositif sans entrée ni sortie identifiées est conservé.

Consignes

« Vous pouvez vous déplacer comme vous le souhaitez sur tout le parcours en allant où vous voulez mais vous ne devez pas tomber dans la rivière aux crocodiles ».

Critères de réussite

L'élève réussit si il se déplace sur le dispositif sans poser le pied au sol.

Recommandations

L'enseignant organise l'espace avec du matériel qui sollicite les élèves sur le plan des actions motrices de base : se déplacer, grimper, sauter....

Il organise son dispositif en proposant du matériel qui permet de ne jamais mettre le pied à terre (tapis de réception, briques, pavés ...)



Moquettes



Pavés japonais

**Variables**

- Espacement des objets de transition.
- Varier les hauteurs de ces objets et leur disposition (alignés ou en quinconce).
- Reprendre les poupées pour se déplacer sur le dispositif dans la rivière.

Langage en situation utilisé par l'enseignant

Verbaliser et accompagner la prise de risque :

- le lexique lié aux objets : chaise, tapis, plinth, table, banc, brique...
- les verbes d'actions : monter, grimper, ramper, glisser, marcher...

Etape III	Mise en projet des déplacements S3 - La chasse au trésor	
Compétence	<i>Adapter ses équilibres et ses déplacements à des environnements ou des contraintes variés.</i>	
Apprentissages visés	Se déplacer en étant pilote de son projet et en utilisant au maximum les possibilités du parcours.	
Matériel	Bancs, chaises, poutres, tables, escabeaux, briques, pavés chinois, tapis et tout le matériel de motricité disponible. Matériel spécifique à rapporter : photographies des élèves, images de gymnastique, objets.	

But

Découvrir et se déplacer sur le dispositif organisé par l'enseignant en allant chercher une seule image et en la rapportant dans une boîte identifiée.

Organisation

Classe entière : les élèves découvrent le dispositif et se déplacent comme ils le souhaitent. Ils collectent une seule image et la rapportent dans leur boîte. Le dispositif sans entrée ni sortie identifiées est conservé.

Consignes

« Vous vous déplacez sur le parcours et vous rapportez l'image de votre choix dans votre boîte au trésor ».

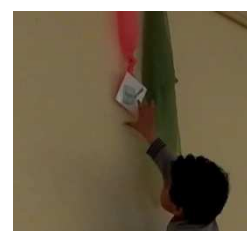
Critères de réussite

L'élève réussit si il rapporte une image.

Recommandations

L'enseignant organise l'espace avec du matériel qui sollicite les élèves sur le plan des actions motrices de base : se déplacer, grimper, sauter....

Il organise son dispositif en proposant des obstacles identifiés dans l'étape 1 sans perdre l'idée du bric-à-brac : nombreuses ramifications et accès multiples.

**Variables**

- Nombre d'images : plusieurs images peuvent être collectées lors du même voyage.
- Objets à rapporter : petit matériel, poupées.
- Espace : place des images sur le parcours (au sol, en hauteur, sous un matériel, accrochées...).

Variantes

- Proposer aux élèves des images spécifiques (couleur) pour qu'ils aillent explorer certains endroits du dispositif par des entrées qu'ils auront choisies (incitation, différenciation).

Langage en situation utilisé par l'enseignant

Verbaliser et accompagner la prise de risque :

- le lexique lié aux objets : chaises, tapis, plinth, tables, bancs, briques...
- les verbes d'actions : monter, grimper, ramper, glisser, marcher...

Etape IV

Chemins, déplacements organisés**S1 - Les chemins du trésor****Compétence***Adapter ses équilibres et ses déplacements à des environnements ou des contraintes variés.***Apprentissages visés**

Se déplacer en devenant pilote de son projet et en identifiant la notion de chemin : une porte d'entrée, un parcours et une sortie.

MatérielBancs, chaises, poutres, tables, escabeaux, briques, pavés chinois, tapis et tout le matériel de motricité disponible.
Matériel spécifique : **cerceaux pour les entrées et sorties****But**

Choisir un chemin pour aller au trésor.

Organisation

Différents chemins (environ 6) convergent vers des espaces trésors qui contiennent des étiquettes de couleur correspondant à la couleur des chemins (cerceaux, fanion, drapeau, affiche...)

Consignes*1^{ère} situation : « Choisissez un chemin pour aller dans la maison du trésor. »**2^{ème} situation : « Essayez plusieurs chemins pour aller chercher des étiquettes et les ranger dans vos enveloppes. »**3^{ème} situation : « Essayez tous les chemins et rapportez les étiquettes de toutes les couleurs ».***Critères de réussite**

L'élève réussit si :

- Il ose s'engager et parcourir le chemin sans tomber ou mettre le pied en dehors des zones de réception.
- Il récupère une étiquette d'une couleur, de plusieurs couleurs ou de toutes les couleurs selon les consignes demandées.

Recommandations

L'enseignant a identifié des obstacles majeurs au début du module, il les propose sous forme de chemins qui conduisent vers la caisse au trésor.

Il matérialise l'entrée et la sortie du chemin ainsi que sa couleur.
Prévoir plusieurs séances en fonction de la complexification des consignes.**Variables**

- Changer le sens du chemin : partir du trésor et disposer les étiquettes à la nouvelle sortie de chaque chemin vers un parcours en étoile.
- Proposer de faire l'aller et retour (accepter de se croiser).
- Faire recommencer l'élève à partir de la porte s'il met le pied à terre.
- Organiser des binômes : un élève pose les étiquettes, l'autre les récupère.



Le dispositif



Le chemin « rouge »



Espace trésor

Langage en situation utilisé par l'enseignant

Verbaliser et accompagner la prise de risque :

- le lexique lié aux objets : chaises, tapis, plinth, tables, bancs, briques...
- les verbes d'actions : monter, grimper, ramper, glisser, marcher...

Etape IV	Chemins, déplacements organisés S2 - Des chemins plus difficiles	
Compétence	<i>Adapter ses équilibres et ses déplacements à des environnements ou des contraintes variés.</i>	
Apprentissages visés	A partir d'un dispositif plus contraignant, augmenter l'efficacité des actions motrices.	
Matériel	Bancs, chaises, poutres, tables, escabeau, briques, pavés chinois, tapis et tout le matériel de motricité disponible. Matériel spécifique : panneaux de contrainte	

But

Essayer un chemin en tenant compte de contraintes demandées.

Organisation

Différents chemins (environ 6) convergent vers des espaces trésors qui contiennent des étiquettes de couleur correspondant à la couleur des chemins (cerceaux, fanion, drapeau, affiche...).

Des panneaux indicateurs de contraintes sont positionnés à certains endroits du parcours (Ex. ne pas poser la main, ne pas marcher à quatre pattes)..

Consignes

1. « Choisissez un chemin pour aller dans la maison du trésor en respectant les panneaux. »
2. « Essayez plusieurs chemins pour aller chercher des étiquettes et les ranger dans vos enveloppes. »
3. « Essayez tous les chemins et rapportez les étiquettes de toutes les couleurs ».

Critères de réussite

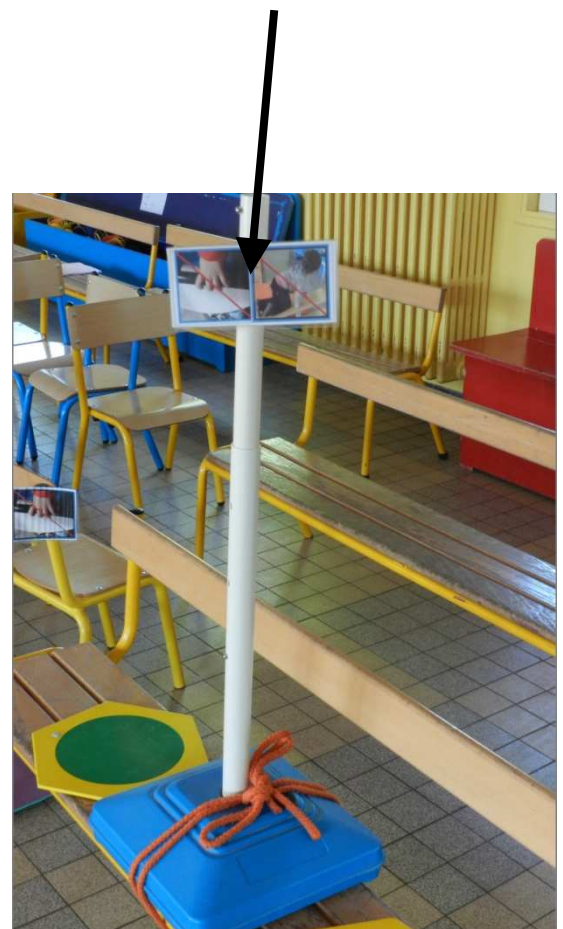
L'élève réussit si il a respecté les panneaux de contrainte sans tomber.

Recommandations

Proposer des contraintes variées à l'aide des panneaux à respecter (voir exemples de panneaux en Annexe 4).
Ne pas proposer trop de panneaux qui nuiraient à la fluidité de la circulation.

Variables

- Effectuer le parcours sur un temps donné (sablier).
- Effectuer un aller-retour.

Panneaux de contraintes**Langage en situation utilisé par l'enseignant**

Verbaliser et accompagner la prise de risque :

- le lexique lié aux panneaux (en avant, en arrière, debout, à quatre pattes, sans les mains...)
- les verbes d'actions : monter, grimper, ramper, glisser, marcher...

Etape IV

Chemins, déplacements organisés

S3 - La couleur du contrat

Compétence

Adapter ses équilibres et ses déplacements à des environnements ou des contraintes variés.

Apprentissages visés

A partir d'un bilan réalisé avec les élèves sur leurs réussites, faire lire, évaluer et choisir un chemin contrat parmi 3 possibilités proposées.

Matériel

Bancs, chaises, poutres, tables, escabeau, briques, pavés chinois, tapis et tout le matériel de motricité disponible.
Matériel spécifique : **panneaux de contraintes, étiquettes correspondantes, fiches contrat.**

But

Choisir les contraintes de déplacements sur un parcours et remplir une fiche personnelle.

Réaliser son contrat.

Organisation

3 chemins différents sont proposés.

En classe, organiser une lecture collective des éléments qui composent les trois chemins proposés et les actions à réaliser sur ceux-ci.

Après s'être entraîné, chaque élève choisit ses contraintes à l'aide des panneaux et réalise son « chemin contrat ».

Consignes

« Vous devez réaliser le chemin en respectant les contraintes que vous avez choisies. »

Critères de réussite

L'élève réussit si il effectue le chemin en entier, sans tomber et respecte les contraintes qu'il s'est fixées.

Recommandations

L'élève a un temps d'entraînement suffisant avant de choisir ses contraintes.

L'enseignant rappelle les règles de sécurité et organise le passage des contrats en privilégiant un chemin avec un petit groupe d'élèves pendant que les autres s'entraînent.

**Contrats : 2 mains, 1 main, Pas de mains posées**

Une gommette permet par exemple de garder la trace du contrat choisi.

Variables

- Tenter plusieurs passages et coller une étiquette sur sa fiche contrat à chaque passage réussi.
- Simplifier ou complexifier en jouant sur le nombre de panneaux de contraintes.

Langage en situation utilisé par l'enseignant

Verbaliser et accompagner la prise de risque :







- le lexique lié aux panneaux (en avant, en arrière, debout, à quatre pattes...)
- les verbes d'actions : monter, grimper, ramper, glisser, marcher...

Annexe 1 – Une grille d’observation du bric-à-brac

<p>Matériel</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Tout le matériel est-il utilisé ? ▪ Les ajustements créés offrent-ils des variations de hauteur ? ▪ Le matériel est-il réuni au milieu de la salle ou réparti dans l'espace ? ▪ Les élèves font-ils évoluer le dispositif au cours de la séance ? 	
<p>Réponses motrices des élèves</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Tous les élèves participent-ils à l'installation ? ▪ Les élèves coopèrent-ils dans le transport d'un matériel lourd ou encombrant ? ▪ Les réponses motrices de l'installation sont-elles variées : tirer, pousser, porter, rouler... ? ▪ Tous les élèves sont-ils en activité lors de l'exploration ? ▪ Y a-t-il des temps d'attente ? ▪ Les élèves sont-ils en situation d'équilibration ? ▪ Se déplacent-ils sur le matériel ou plutôt en dessous ? ▪ Les élèves reproduisent-ils les actions motrices de leurs pairs ? ▪ Les réponses motrices de l'exploration sont-elles variées : monter, grimper, escalader, descendre, sauter, marcher en hauteur, ramper, enjamber ? ▪ Les élèves proposent-ils d'aller en arrière ? ▪ Les élèves proposent-ils des déplacements sur le dos, sur le ventre ? Tête ou pieds en avant ? ▪ Les élèves franchissent-ils les obstacles en libérant un appui ? ▪ Quels sont les appuis utilisés ? (deux pieds, deux pieds/deux mains, deux pieds/une main, deux mains/un pied...) 	
<p>Sécurité</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Les élèves respectent-ils les règles d'or ? ▪ Les installations nécessitent-elles stabilisation ? ▪ Les installations nécessitent-elles la présence de tapis ? ▪ Les installations nécessitent-elles un réajustement ? ▪ La répartition des élèves sur le matériel pose-t-elle problème ? 	

Annexe 2

EXEMPLES D'OBSTACLES MOTEURS POUR FAVORISER LA PRISE DE RISQUES DANS UNE ACTIVITE D'EQUILIBRATION ET VARIABLES

Photos de l'action motrice	Description de l'obstacle et de l'action motrice	Variables
MONTER		
	Monter sur deux plots (surface étroite) à l'aide de l'appui du dossier d'une chaise	Hauteur des plots
	Monter une table haute en prenant appui avec un genou et avec la main en s'aidant éventuellement du rebord de la table.	Hauteur de la table Table placée dans l'autre sens de façon à en éloigner le bord.
	Monter sur un espalier tout en se déplaçant latéralement.	Hauteur à atteindre. Foulard à décrocher (lâcher une main pour n'être plus que sur trois appuis).
	Monter sur une chaise et accepter de ne plus voir ses appuis en touchant le plafond avec un bâton	Chaise montée sur une table Avec une seule main, avec deux mains 
DESCENDRE		
	Descendre en quittant une surface plus importante (table) que la surface de réception (chaise) avec l'aide du dossier pour se réceptionner	Priver l'aide du dossier pour se réceptionner (en le tournant contre la table) Hauteur de la chaise par rapport à la table Descente en arrière Tous types de descente vers une zone de réception de plus en plus étroite (poutre...)



Descendre en arrière d'un escalier
(plan incliné, surface réduite
des barreaux)

Degré d'inclinaison
Appuis uniquement sur les barreaux et
non pas les montants
Espalier à la place d'escalier



Descendre d'un escalier la tête en
avant (plan peu incliné)

Degré d'inclinaison



Descendre assis sur l'escalier

Appuis uniquement sur les barreaux et
non pas les montants

ENJAMBER / FRANCHIR



Enjamber de front, des chaises
alignées

Distance d'écartement des chaises
Enjambement latéral



Franchissement latéral de chaises sans
l'obstacle des dossiers (dossiers
face à l'élève)



Enjamber latéralement des chaises
dont les dossiers ne sont pas
alignés mais disposés
irrégulièrement (nécessité de
varier les appuis des mains)

Disposition des chaises plus en
quinconce
Hauteurs différentes des chaises
Privation des appuis des mains
Déplacement de front



Enjamber un dossier de chaise en
prenant appui sur un plot (appui
plantaire réduit)

Distance d'écartement entre le plot et la
chaise



Enjamber le dossier d'une chaise
pour monter sur une table en
quittant une chaise dont le
dossier gêne le franchissement

Distance d'écartement entre la chaise et
la table
Hauteur de la table
Hauteur du dossier de la chaise

	Enjamber un banc à partir de la montée d'un plan incliné.	Inverser le sens de déplacement (descente du plan incliné après franchissement de l'obstacle)
	Franchir un écart en quittant une zone d'appui plus réduite (assise de chaise) que la zone de réception (table) Hauteur différente entre la chaise et la table	Distance d'écartement Franchissement d'un écart en quittant une zone d'appui plus large que la zone de réception
	Franchir un écart de deux bancs non alignés et dont les dossiers sont en opposition	Bancs alignés Bancs sans dossier Bancs non alignés mais dont les dossiers sont du même côté Un banc avec dossier et un banc sans dossier
SE DEPLACER		
	Se déplacer debout en équilibre sur une surface non plane (ponts crénelés)	Ponts crénelés de hauteurs différentes Ecartement entre les ponts Déplacements en quadrupédie
	Se déplacer debout sur une poutre de faible hauteur dessinant une courbe en orientant son sens de déplacement	Déplacement en arrière Déplacement sur le côté
	Se déplacer debout en équilibre en changeant de direction sur une poutre en ligne brisée de hauteur moyenne (changement de direction).	Déplacement sur le côté
	Se déplacer sur une poutre « molle » (appui peu stable) en partant d'un banc situé plus haut que la poutre et à angle droit par rapport elle (changement d'orientation et donc nouvelle orientation des appuis plantaires)	Départ à partir d'un banc situé dans le prolongement de la poutre. Banc moins haut que la poutre. Déplacement sur le côté.



Se déplacer latéralement sur une poutre inclinée

Degré de l'inclinaison
Déplacement face à la poutre



Se déplacer debout sur les deux montants d'un escalier faisant office de poutres parallèles

Déplacement à l'aide des mains
Déplacement en arrière



Se déplacer en équilibre sur des briques type «Lego » présentant une surface non lisse

Déplacements sur une surface lisse type « pavé japonais »
Distance d'écartement entre les objets



Se déplacer en rampant sur une poutre en ligne brisée sans mettre les pieds à terre à chaque pivotement (changement de direction)

Se déplacer en quadrupédie



SAUTER



Sauter en contrebas en dépassant une zone matérialisée par des briques

Distance de la zone à franchir en sautant



Sauter pour franchir un écart important en quittant une zone d'impulsion équivalente à la zone de réception

Distance d'écartement des tables
Surface de la zone de réception plus réduite que la zone d'impulsion

Annexe 3 : Exemples de dispositifs organisés par l'enseignant pour favoriser des déplacements libres



Annexe 4 : Panneaux de pilotage pour les parcours



Poser ses mains



Ne pas poser ses mains



A quatre pattes



Debout

Annexe 5 : Exemples de matériel favorisant l'équilibration



Poutre molle en mousse



Pont crénelé



Escalier accrochable



Poutre en ligne brisée



Plan incliné en mousse



Pavé japonais