

A travers des jeux simples, l'enfant découvrira les plaisirs du sport.

Par des activités ludiques, il va pouvoir améliorer sa motricité, sa coordination, son adresse et les différents ateliers l'aideront à construire son autonomie.

De cycles en cycles, différentes thématiques seront abordées.

### *Lieu d'activité*



Salle ROGER VINCENT  
Rue de La Fon de Madran 33600 PESSAC

#### Cycle 1

**Prise de conscience du schéma corporel / Motricité / Prise de conscience athlétique**

- Travail d'équilibre
- Expression corporelle
- Coordination des membres de son corps dans l'espace
- Développement des mouvements sur fond musical
- Parcours d'habiletés motrices



#### Cycle 2

**Sports de balles**

- Appréhender la manipulation de tout type de balles et ballons
- Jeux avec ballons
- Manipuler avec pieds et mains
- Apprendre à viser, lancer, passer, récupérer, coopérer, s'affronter
- Apprendre, comprendre et développer l'esprit d'équipe
- Sensibilisation aux différentes règles de sports collectifs

#### Cycle 3

**Parcours gymniques**

- Roulades avant et arrière
- Équilibre et manipulations avec balles, ballons, cerceaux...
- Parcours gymnique avec obstacles
- Jeux gymniques, sauts, déplacements...



#### Cycle 4

**Athlétisme**

- Sensibilisation sur la course
- Appréhender la vitesse, développement de l'endurance et découverte du relais
- Sensibilisation sur le saut
- Appréhender la hauteur, apprendre à franchir un obstacle et sauter en longueur
- Sensibilisation sur les lancers

Apprentissage du lancer avec objets et cibles

#### Cycle 5

**Jeux collectifs ou d'opposition / sport de raquettes**

Coopérer et s'opposer

- Appréhender les chutes des sports de duels
- Apprendre à manipuler une raquette et une balle ainsi qu'un volant

