

Sommaire

INTRODUCTION	5	<i>Les situations de coopération</i>	72
L'ÉNERGIE	15	Les courses de relais	72
1. Maîtrise de la respiration et gestion des ressources énergétiques	15	Les sports collectifs praticables à l'école élémentaire	74
2. Jeux, situations, exercices	15	<i>Les jeux</i>	74
<i>La respiration</i>	15	<i>Les situations</i>	77
<i>Ressources énergétiques</i>	17	<i>Les exercices</i>	78
Comment se détendre	31	<i>Les exercices spécifiques</i>	82
LE CORPS PAR RAPPORT À LUI-MÊME	33	L'évaluation pour toutes ces activités	87
1. Le développement de l'équilibre et la prise de risque	33	L'HABILETÉ MOTRICE	89
2. Jeux, situations, exercices	34	1. En résumé	89
<i>Le développement de l'équilibre</i>	34	2. Jeux, situations, exercices	89
Le gros matériel et la gymnastique	34	HABILETÉ DE MANIPULATION	89
Un engin qui roule : les patins à roulettes	36	<i>Manipulation de différents matériels</i>	89
D'autres engins qui roulent	41	Balles, boules : vers la pétanque	89
<i>La prise de risque</i>	41	Balles : vers le jonglage	91
À la piscine	41	Jouer à la pelote basque	93
Sur le mur d'escalade	42	Le bâton	93
En milieu naturel	42	La corde à sauter	94
La gymnastique	43	Le frisbee	94
Les pyramides	52	Le chope-balle	94
Le mini-trampoline	53	<i>Les jeux de raquettes</i>	95
L'INDIVIDU ET LE GROUPE	55	Situations préalables	96
1. Respect des règles et coopération	55	Jeux	97
2. Jeux, situations, exercices	56	Exercices	98
<i>Le respect des règles</i>	56	<i>La gymnastique rythmique sportive</i>	100
Les jeux traditionnels	56	Le ruban	100
<i>Les jeux de petit terrain</i>	56	La corde	101
<i>Les jeux de grand terrain</i>	60	HABILETÉ DE LOCOMOTION	102
<i>Les jeux de stratégie</i>	61	<i>Les jeux de crosse</i>	102
<i>Des jeux à connaître absolument</i>	63	<i>Le cerceau</i>	103
Les sports collectifs	68	<i>Les parcours de débrouillardise</i>	104
		L'évaluation	105

LES CONCEPTS D'ESPACE ET DE TEMPS	107	L'INDIVIDU ET SON ENVIRONNEMENT	117
1. En résumé.....	107	1. Développement du sens esthétique et écologie	117
2. Jeux, situations, exercices	108	2. Jeux, situations, exercices	118
<i>L'espace</i>	108	<i>Le développement du sens esthétique</i>	118
Les situations pendant lesquelles on mesure . . .	108	Les situations de techniques gestuelles	118
Les situations pendant lesquelles on se situe		<i>La gymnastique</i>	118
et on se repère	109	<i>La GRS</i>	119
Le corps et l'espace (expression corporelle)	110	Jeux préparatoires à la création collective	119
L'orientation	111	Exercices	119
La GRS	112	<i>La natation synchronisée</i>	120
<i>Le temps</i>	113	Les situations nées de l'imagination.....	121
Le rythme	113	<i>De l'expression corporelle au conte musical</i>	121
La danse	114	<i>Le conte musical</i>	124
Le corps dans son intégralité	114	<i>La sensibilisation à l'environnement</i>	125
Le corps et le temps	115	Compléments	135
<i>Les activités pendant lesquelles la relation</i>		1. Les cours à plusieurs niveaux	135
<i>espace/temps est évidente</i>	116	2. L'échauffement	146
La GRS	116	3. Interdisciplinarité	148
Autres activités	116	Conclusion	151
		Bibliographie	152