

SAVOIR-FAIRE TECHNIQUES - JONGLAGES

« L'IMPORTANT C'EST PAS LA BALLE C'EST MOI »

Découverte et manipulation d'objets. Apprentissage d'habiletés spécifiques

Concentration, attention, latéralisation, dissociation des bras, patience, précision, rigueur

Compétences visées

Manipuler une balle en explorant les possibilités offertes par la trajectoire pour présenter des formes corporelles spectaculaires.

Dispositif

Une balle par élève.

Un espace individuel haut et dégagé par exemple sur un large cercle avec toute la classe.

But

Lancer la balle (verticalement dans un 1er temps puis en effectuant une trajectoire en huit d'une main à l'autre) et explorer les instants « suspendus » pour signifier, communiquer avec différentes parties du corps.

Opérations à réaliser

Lancer la balle à une main et chercher à communiquer pendant qu'elle est en l'air.

Lancer main droite, aller serrer la main à son voisin de gauche, rattraper la balle main droite (id avec la main gauche en inversant tout).

Lancer main droite, poser un genou à terre, attraper le balle main droite en restant le genou au sol (id avec la main gauche en inversant tout).

Lancer main droite, aller attraper le balle main droite tout en haut, le bras le plus tendu possible vers le sommet de la trajectoire, vers le ciel !. Marquer un temps d'arrêt et enchaîner. L'évènement important c'est l'arrêt bras tendu. (id avec la main gauche en inversant tout).

Lancer, quand la balle est en l'air, dire bonjour avec un signe de l'autre main : « coucou ! », dire non, dire « viens ! » etc...

Lancer, quand la balle est en l'air, la montrer, la pointer du doigt (avec la même main, avec l'autre main...).

Comportements observés

Les élèves pensent que l'exercice est facile.

Le travail à une balle n'est pas valorisant pour eux.

Les élèves travaillent seulement avec la main droite. Beaucoup de chutes de balles, difficulté à apprécier le temps utile.

Critères de réussite

Les yeux se décentrent de la balle, le mouvement est continu

L'élève prend du plaisir à découvrir ce temps disponible ! il perçoit un espace où il pourra montrer autre chose.

L'élève est capable de placer une intention dans son mouvement : il communique. Il peut dire en gestes et symboles : « l'important, c'est pas la balle, c'est moi » !

Simplifications

Prendre le temps de maîtriser le lancer vertical : l'élève ne doit pas bouger pour attraper la balle.

Travailler les yeux fermés...

Pour le passage de la balle d'une main à l'autre, veiller à garder beaucoup de fluidité, de continuité : le mouvement des mains et des avant bras se fait dans un plan parallèle à la ligne des épaules. Les avant bras décrivent deux cercles de sens opposés. Vue de face, la balle décrit un « 8 » couché.

Complexifications

• Variables du mouvement

Au lieu de dire bonjour avec le signe de la main, utiliser beaucoup d'autres signes de la main : Avec sa main : Dire : non !, dire c'est moi !, c'est lui !, il est fou !

Quand la balle est en l'air, se désigner, tapoter, écrire avec le bout du doigt.

Suivre la trajectoire de la balle avec le doigt, avec une main, les deux.

Pointer la balle avec les l'index de chaque main (un au dessus et un en



Savoir-Faire
Jonglage
Situation 12

dessous
de la balle ;

un à droite et un à gauche) et accompagner le plus longtemps possible le trajet de la balle.

En traçant avec l'index, faire un cercle autour de la balle (un carré, un triangle, une maison...).

Faire quelque chose avec ses 2 mains ensemble : coucou, approchez vous, éloignez vous...

Explorer différentes figures pendant que la balle est en l'air : frapper dans les mains, faire un tour, fermer les yeux.

Effectuer tous ces exercices mais avec un mouvement en 8 qui fait circuler la balle d'une main vers l'autre.

• Originalité

Bien libérer son regard, le placer sur quelqu'un sur le cercle.

Capter le regard d'un autre sur le cercle tout en continuant de faire passer la balle d'une main à l'autre.

Pendant le temps du point mort haut de la balle, dire quelque chose : compter, chanter.

Ecrire une petite phrase dans la langue des signes : ex « moi, je ne suis pas fou ». « Moi je marche vers toi »

La main libre peut tenir une autre balle et la montrer en traçant des trajectoires précises : initiation à des figures comme l'ascenseur ou yoyo

Sécurité

Penser à bien travailler avec les 2 mains.

Se placer sur un cercle permet de s'intégrer dans le groupe, de se sentir partie prenante de la classe