

FICHE ACTIVITE : Jonglage – CE2/CM1/CM2

Niveau de classe ou Cycle concerné : CE2 à CM2

Déroulement de l'activité : 5 exercices

1-**Les balles**, remplacées par des sacs de fruits et légumes froissés.

Lancer/rattraper à une main (la droite puis la gauche), à deux mains en même temps, croiser en l'air, passer sous une jambe, lancer du pied vers la main...

2 -**La quille**, remplacée par un carton de sopalin (matérialiser un côté du carton avec du papier aluminium)

Le demi-tour, le tour entier, passer sous une jambe, le rapace (jeu de réflexe, à effectuer à 2)...

3-**L'assiette**, remplacée par un vieux CD ou DVD, un feutre ou une baguette (mettre un morceau de scotch pour boucher le trou du CD)

Trouver l'équilibre, changer de main, s'accroupir, effectuer un tour sur soi-même, fermer les yeux en position statue, lever une jambe. Si trop dur, placer le feutre ou la baguette sur la partie collante 😊

On peut aussi se déplacer de différentes façons avec le CD sur la tête...

4-**L'anneau**, remplacé par la boîte de camembert vide 😊

Bien effectuer une rotation du poignet pour que la boîte tourne sur elle-même. Lancer/rattraper à une main, d'une main vers l'autre, passer sous une jambe ...

5-**Le bâton**, remplacé par des tuteurs de plantes

Le tac-tac et les sauts

Chaque enfant peut inventer des idées, sans rien casser et sans se faire mal. Il pourra parler de ses idées à l'école, au retour du confinement.

Ressources associées

Lien internet sur :

<https://vimeo.com/401819573>

Le fichier vidéo qui accompagne cette fiche est indispensable

Bilan de la séance par l'élève (commentaires, remarques, analyses) à communiquer éventuellement à l'enseignant	
--	--