



**ACADÉMIE
DE POITIERS**

*Liberté
Égalité
Fraternité*

Direction des services départementaux
de l'éducation nationale
de la Vienne



**30' d'activité
physique au C1**

Le jeu des couleurs - Avant 4 ans

Effectif : groupe classe

Matériel : cerceaux, anneaux, balles, sacs de graines, plots, caisses ou tapis, dossards

Espace d'évolution : cour, salle de motricité

Entrée dans l'activité : Proposer aux élèves le jeu de « caisse vide—caisse pleine » où ils doivent transporter des objets d'une caisse à une autre. On peut aménager l'espace afin de complexifier les trajets.

Phase motrice :

1ère situation : composer 3 ou 4 équipes munies chacune d'un bracelet ou d'un dossard de couleur. Chaque équipe devra rapporter les objets de la couleur qui lui a été attribuée dans une zone définie (tapis ou caisse).

2ème situation : lorsque tous les élèves respectent la consigne, introduire une contrainte de temps (agir le plus vite possible pour terminer avant l'équipe adverse).

3ème situation : varier les formes de déplacement des élèves (en marchant, en sautillant, à pieds joints, en rampant, etc.).

On peut également proposer des objets plus ou moins lourds, plus ou moins encombrants, à porter à deux, transporter plusieurs objets à la fois, faire glisser les objets avec une crosse, etc.

Document de référence en suivant ce [lien](#).

Retour au calme ou temps de relaxation : le maquillage du clown

L'enseignant ouvre la palette à maquillage et décrit : avec le pinceau, je prends la couleur rouge et je frotte mes joues, la couleur jaune et je l'étale sur mes paupières etc.

Conclusion : le travail proprioceptif au travers de cette fiche contribue aux enjeux du domaine : Collaborer, coopérer, s'opposer.