



Agir, s'exprimer, comprendre à travers l'activité physique

Ateliers saut (PS, MS, GS)

Cf. Editions EPS

APSA : Activités athlétiques

- **Objectif 1 : Agir dans l'espace, dans la durée, et sur les objets**

Matériel

- Craies
- Cerceaux
- Lattes
- Banc ou tapis

Contraintes sanitaires liée à l'activité :

- Cf. Fiche « Proposition d'organisation pédagogique »



Echauffement (5 à 10 minutes)

Situations pédagogiques :

- **2 à 4 élèves par atelier : 1 élève sur l'activité, les autres dans la zone d'attente (dans un cerceau par exemple).**

-**sauter haut** : trois traits tracés sur un mur à différentes hauteurs (comme les branches d'un arbre à attraper)

-**sauter loin** : cinq zones de couleurs différentes sont matérialisées au sol

-**sauter-franchir** : un tapis, puis un cerceau et deux lattes figurent trois formes de rivière qu'il faut traverser sans mettre les pieds dedans

-**enchaîner des sauts** : quatre cerceaux disposés en ligne pour effectuer des bonds pieds joints

-**sauter en contrebas** : à partir d'un banc, d'un espalier, sur un tapis, dans du sable, etc.

-**sauter en contre-haut** : une caissette, un caisson et un banc pour sauter et se réceptionner dessus.

Retour sur l'activité (5 à 10 minutes)