



Les quatre familles	Les thèmes abordés	Les outils
Équilibre	Position du corps verticale (verticalité), transfère de poids, proprioception, équilibre sur objet fixe, équilibre sur objet mobile, créativité, schéma corporel.	Rola-bola, Fils de fer, pédalo, monocycle, échasse, boule
Acrobatie	Conscience du corps dans l'espace et en mouvement, tonicité, relâchement, alignement, appuis. Travail à deux (travail en groupe), en confiance et respect, créativité, schéma corporel.	Acrobatie dynamique, pyramide, acroportée, mini trampoline, corde à sauter
Jonglerie	Coordination, latéralité, réflexe, rythmique, créativité.	Foulard, balle, diabolo, bâton du diable, assiette, cerceau
Aérien	Appréhension de la hauteur, perception sensorielle dans des positions inhabituelles (tête en bas). Mouvement en rythme et en hauteur, créativité, schéma corporel.	Trapèze, tissu

Éléments complémentaires

mouvement	Vitesse, énergie, segment, suite de mouvements, expression corporelle.
Jeu d'acteur	Perception de l'espace, sentiment, personnage, corporalité, créativité, corps comme moyen d'expression, confiance en soi.
Rythme	Tempo, binaire, ternaire, association au mouvement.

Utilisation des outils par cycle

Cycle1

Rola-bola

Fils de fer

Pédalo

Boule

Acrobatie dynamique

Pyramide

Corde à sauter

Bâton du diable

Cerceau

Diabolo

Foulards

Trapèze

Tissu

Jeu d'acteur

Mouvement

Rythme

Cycle 2

Rola-bola

Fils de fer

Boule

échasse

Acrobatie dynamique

Pyramide

Corde à sauter

Mini trampoline

Balle

Cerceau

Diabolo

Assiette

Bâton du diable

Trapèze

Tissu

Jeu d'acteur

Mouvement

Rythme

Cycle 3

Rola-bola

échasse

Boule

monocycle

Acrobatie dynamique

Corde à sauter

Porté

Mini trampoline

Balle

Diabolo

Assiette

Bâton du diable

Trapèze

Tissu

Jeu d'acteur

Mouvement

Rythme

Objectifs par cycle et par cours en corrélation avec le PER



Objectifs globaux	Objectifs cours 1	Objectifs cours 2	Objectifs cours 3	
	Acrobatie et jonglerie	Aérien et équilibre	Recherche/éléments complémentaires	
Cycle 1	Développer ses capacités psychomotrices et s'exprimer avec son corps.	Développer ses repères spatiaux-temporels Découvrir de nouveaux objets. Utiliser le mouvement pour développer sa créativité	Développer son équilibre. Utiliser ses sens. Construire son schéma corporel.	Prendre confiance et plaisir à se produire. Utiliser le mouvement pour développer sa créativité.
Cycle 2	Développer sa coordination et son sens créatif.	Utiliser le rythme dans la jonglerie, la mettre au service de la créativité. Améliorer la perception de son corps dans l'espace et dans le temps ainsi que la coordination.	Consolider son schéma corporel. Développer ses perceptions sensorielles.	Utiliser son potentiel créatif, son imagination et son sens esthétique. Prendre confiance et plaisir à se produire devant les autres.
Cycle 3	Consolider ses capacités de coordination et utiliser son corps comme moyen d'expression et de communication.	Consolider ses capacités de coordination. Créer une séquence.	Affiner la perception du schéma corporel.	Créer une chorégraphie. Porter un regard critique sur une production collective. Employer diverses techniques d'expression corporelle.