

PHASE 2 : COORDINATION

Le Lanceur de Foulards

Le Lanceur de Foulards entraîne les YEUX à suivre



Durée
5-10 min

Groupe
Groupe entier ou demi-

Lieu
Salle, Classe

PS

MS

GS

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

Moteur	Cognitif	Socio-émotionnel
<ul style="list-style-type: none"> Développer le suivi visuel (tracking) Améliorer la coordination œil-main Travailler la dissociation bras/regard 	<ul style="list-style-type: none"> Anticiper la trajectoire d'un objet Maintenir l'attention visuelle sur une cible mobile Développer la planification motrice 	<ul style="list-style-type: none"> Accepter les essais et erreurs Apprécier la beauté du mouvement Partager l'espace sans conflit

MATÉRIEL NÉCESSAIRE

Matériel	Quantité	Alternative
Foulards légers	1 ou 2 par enfant	Sacs plastiques légers, mouchoirs en tissu
Musique douce	Optionnel	—

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

1. PRÉPARATION

- Distribution:** Distribuer les foulards. Les enfants sont dispersés dans l'espace avec assez de place.

2. INTRODUCTION

Introduction: Présenter l'activité

« Ces foulards sont magiques ! Quand on les lance en l'air, ils volent comme des papillons et descendent très doucement. Votre mission : ne jamais les laisser toucher le sol ! »

Démonstration: Montrer les techniques

« Regardez : je lance le foulard vers le haut... je le suis des yeux... et je l'attrape avant qu'il touche le sol. D'abord avec deux mains, puis avec une seule ! »

3. EXÉCUTION

- Phase 1 - Découverte:** Lancer et rattraper librement, les deux mains.
- Phase 2 - Défi:** Une seule main, main non dominante, taper avant d'attraper.
- Phase 3 - Duo:** À deux : se lancer le foulard, jongler avec plusieurs foulards.

4. RETOUR AU CALME

Danse finale: Clôture

« Pour finir, faisons danser nos foulards. Ils font des vagues... des cercles... et se posent doucement au sol, comme des feuilles d'automne. »



Séquence des étapes

VARIANTES

+ Facile	+ Difficile	Variante
Foulard libre (PS) Juste lancer et regarder tomber, sans obligation d'attraper. Apprécier le mouvement.	Jongleur (GS) Deux foulards en même temps. Lancer avec une main, attraper avec l'autre, alterner.	Foulard voyageur (MS) Le foulard doit toucher différentes parties du corps avant d'être attrapé (tête, épaule, genou).

ADAPTATIONS BESOINS SPÉCIAUX

Difficultés de suivi visuel

- Foulards de couleurs vives
- Commencer près du visage
- Guider verbalement

Difficultés de coordination

- Lancer moins haut
- Deux mains uniquement
- Célébrer chaque réussite

SÉCURITÉ

- Espace suffisant entre les enfants
- Pas de foulards autour du cou
- Sol non glissant

BÉNÉFICE NEUROLOGIQUE

Système : Suivi visuel + Coordination œil-main

Région cérébrale : Colliculus supérieur + Cortex pariétal

Suivre des yeux un objet qui descend lentement entraîne les mêmes circuits visuels que le suivi d'une ligne de texte.



LIENS AVEC LES PROGRAMMES

Marocain: Développement physique : Coordonner ses gestes | Développement cognitif : Anticiper et planifier

Français: Agir dans l'espace : Adapter ses mouvements | Explorer le monde : Anticiper un résultat

Transversal: Suivi visuel pour la lecture | Coordination pour l'écriture | Attention visuelle soutenue