FICHE 1.6 **S’EQUILIBRER SUR DES ROLLA BOLLA**



**CONDITION MATERIELLE**

1 planche et un rouleau pour 2 ou 3 élèves (3 rouleaux et planches disponibles**)**

ETAPE 1 (phase de découverte)

Avec le rouleau bloqué par des tapis qui limitent les déplacements du rouleau

1. je monte sur la planche en prenant appui contre un mur ou une table

2. je monte sur la planche en prenant appui sur un camarade placé en face de moi

3. je descends seul de la planche en toute maîtrise

4. je monte seul sur la planche

5. je reste le plus longtemps possible en équilibre (1 minute)

6. je reste en équilibre sans regarder mes pieds, en regardant au loin

ETAPE 2 (phase de manipulation pour l’amélioration de l’action)

Idem sans tapis bloquant le déplacement du rouleau

ETAPE 3 (phase de création pour montrer son action)

Je réalise l’étape 2 en coordonnant mes mouvements avec d’autres acrobates sur leur planche.

A PLUSIEURS

Je m’organise avec les autres pour faire des déplacements jolis à regarder

1. nous montons en même temps chacun sur sa planche

2. nous nous descendons en même temps

3. …