

LES PETITS LANCEURS



Cycle 1 – MS et GS –

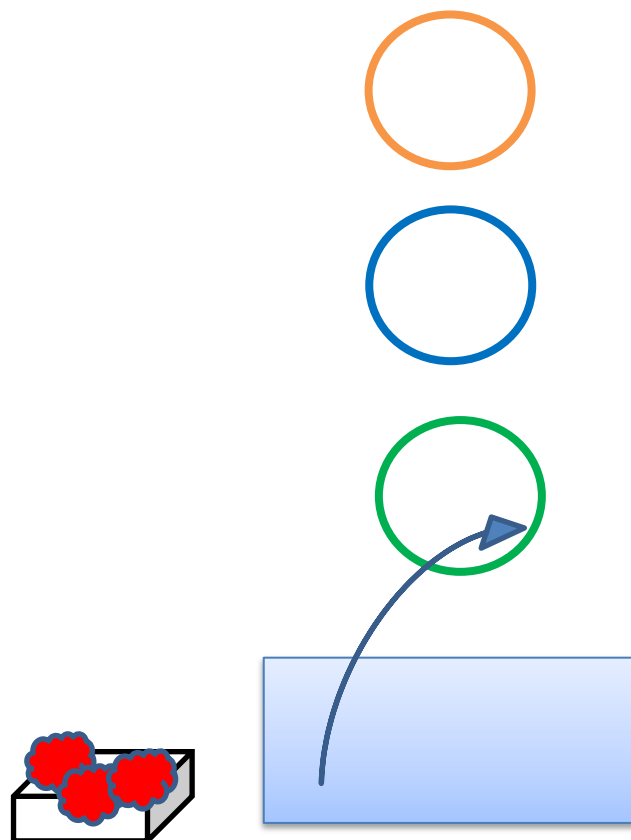
ATELIER n°1

Consigne : je lance les 3 sacs de graines dans les différents cerceaux. Puis, je vais les chercher et les replace dans le carton.

Objectif : lancer sur une cible à terre.

Matériel :

- 6 sacs de graines ;
- 6 cerceaux ;
- 2 tapis ;
- 2 cartons/boites/paniers ;



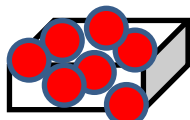
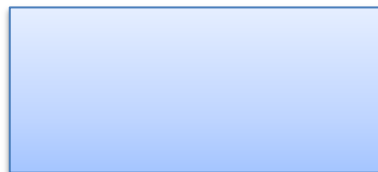
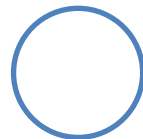
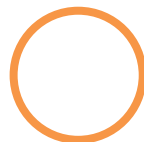
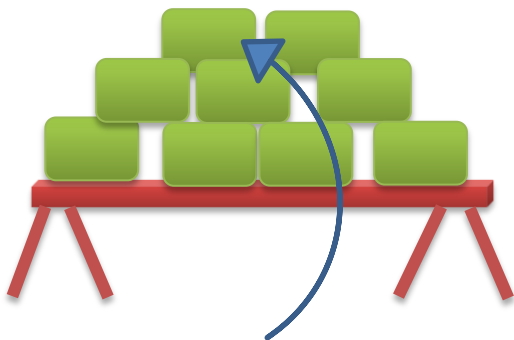
ATELIER n°2

Objectif : lancer sur des cibles placées à sa hauteur.

Consigne : je lance 3 balles pour faire tomber les briques empilées sur le banc. Puis, je replace les briques, je vais chercher les balles et les replace dans le carton.

Matériel :

- 10 briques ;
- 3 balles ;
- 1 banc ;
- 1 tapis ;
- 1 cartons/boites/paniers ;



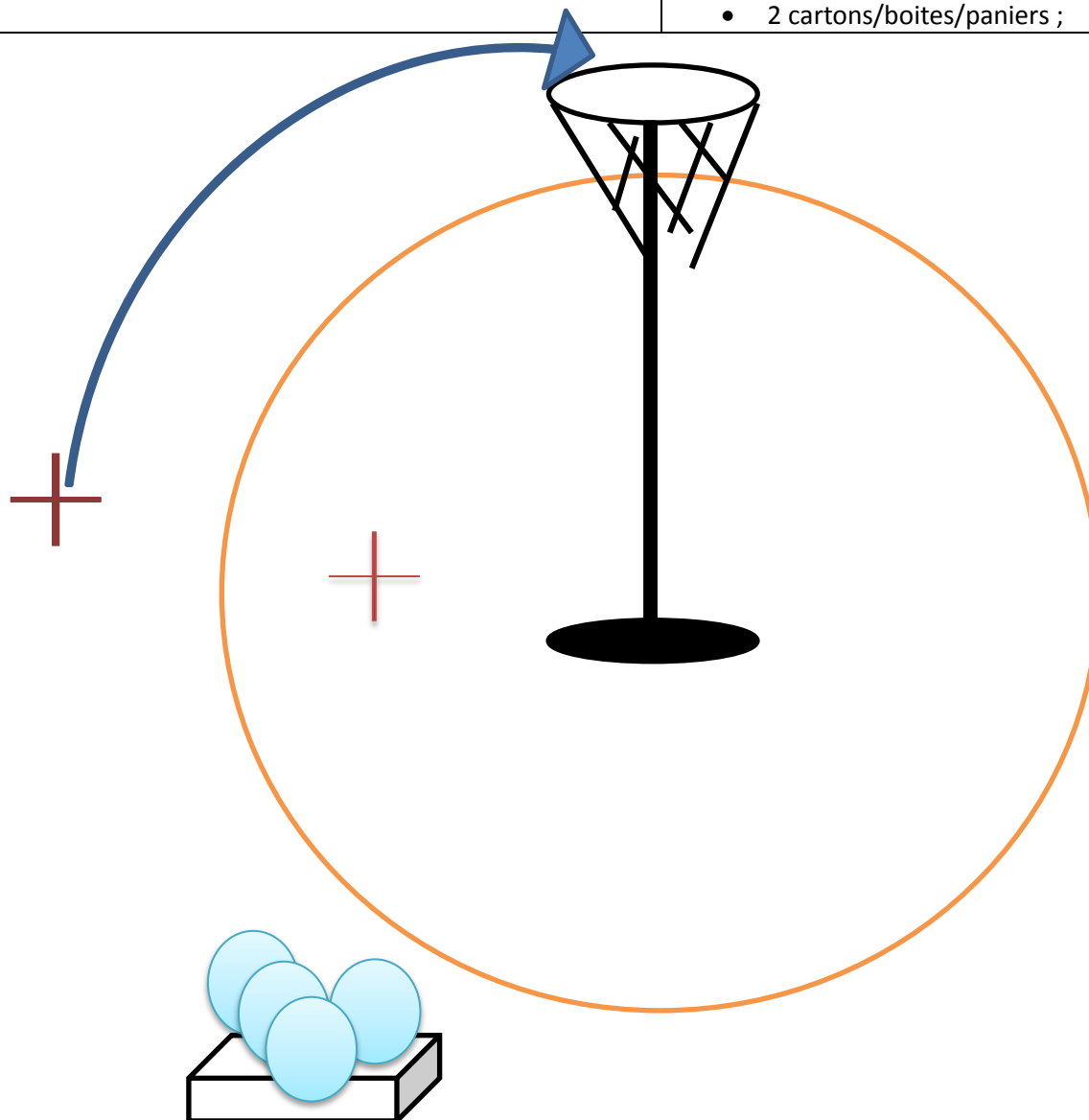
ATELIER n°3

Consigne : je lance mon ballon dans le panier de baby-basket. Puis, je vais le chercher et le replace dans le carton.

Objectif : lancer dans une cible en hauteur.

Matériel :

- 7 ballons en mousse ;
- 2 paniers de baby-basket ;
- 2 cordes ;
- 2 cartons/boites/paniers ;



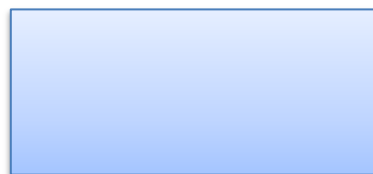
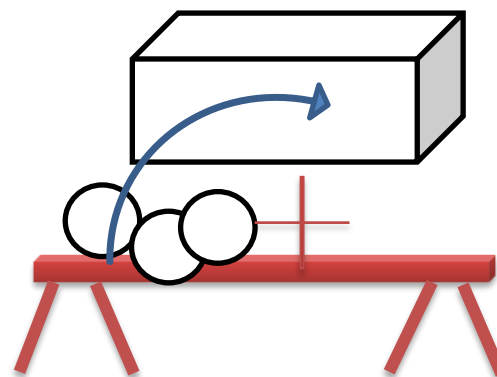
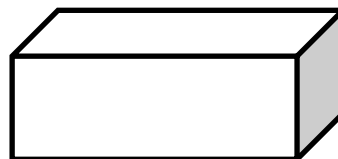
ATELIER n°4

Consigne : je monte sur le banc, lance les 3 anneaux dans les caisses placées plus ou moins loin. Puis, je redescends du banc, vais chercher les anneaux et les replace sur le banc.

Objectif : lancer en contrebas dans une cible

Matériel :

- 6 anneaux ;
- 1 banc ;
- 1 tapis ;
- 4 cartons/boites/paniers ;



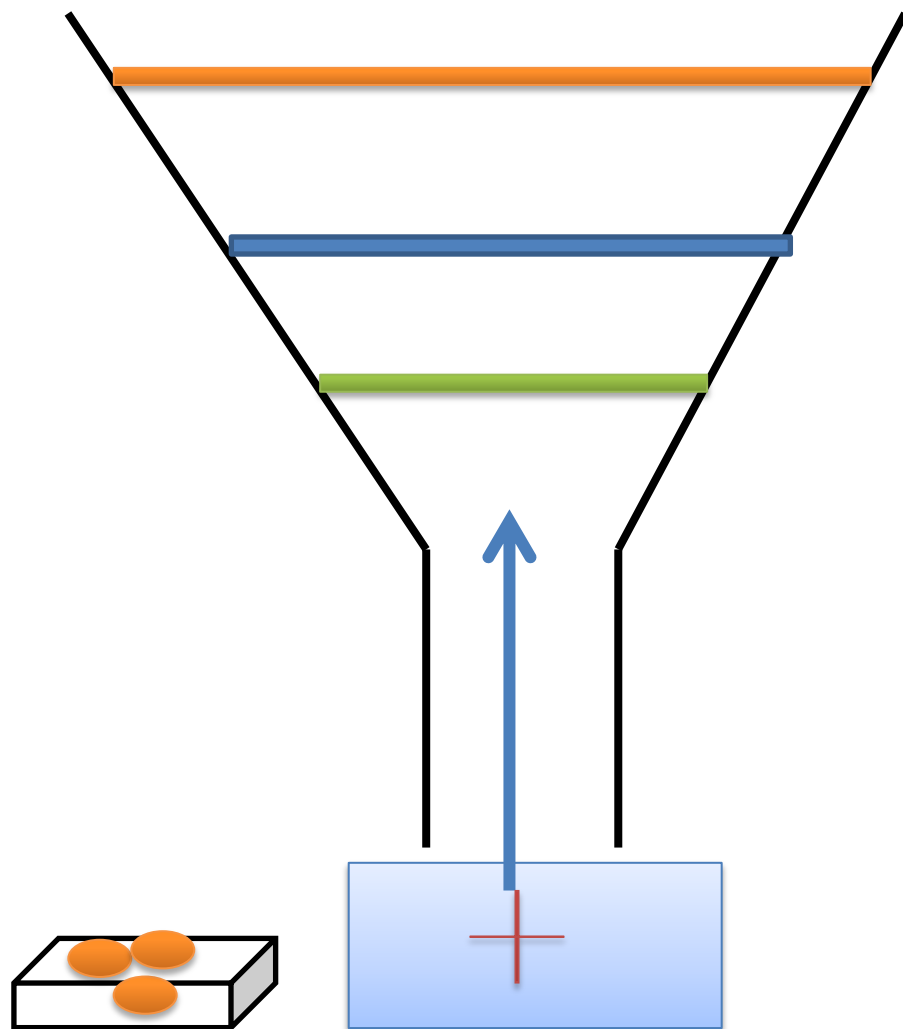
ATELIER n°5

Consigne : je fais glisser le palet, à la main, entre les deux cordes, pour qu'il arrive dans une zone.

Objectif : lancer/faire glisser un objet selon une trajectoire

Matériel :

- 2 palets ;
- 4 cordes ;
- 1 tapis ;
- du scotch ;



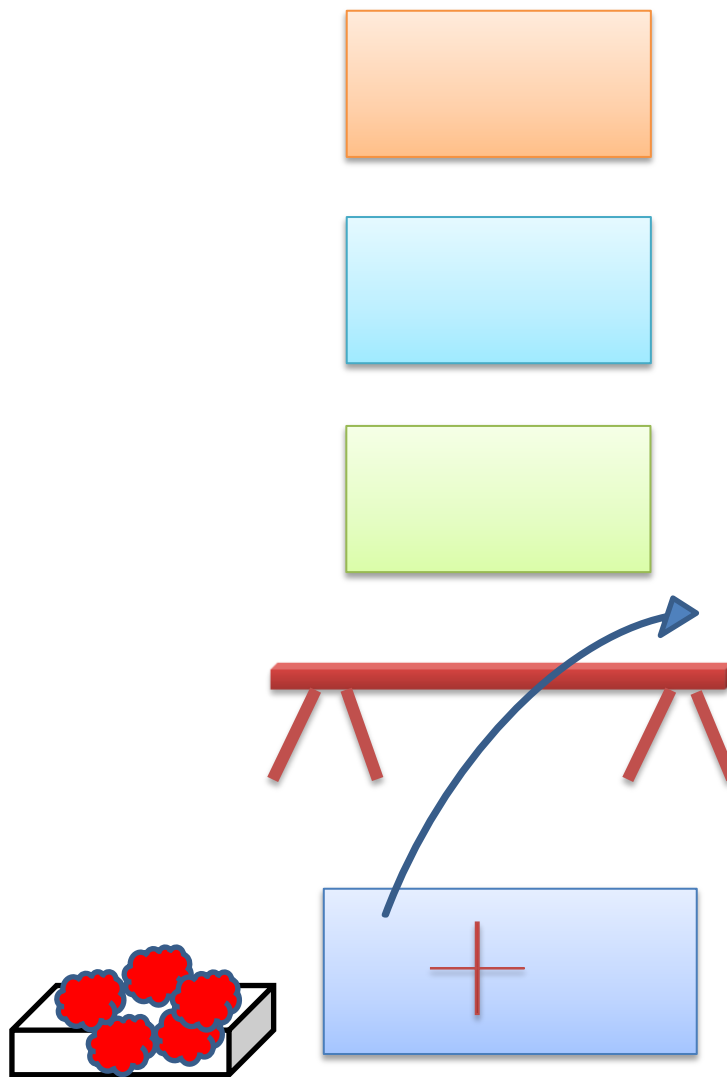
ATELIER n°6

Consigne : je lance les 3 sacs de graines, par-dessus le banc, en visant les différents tapis (zones). Puis, je vais les chercher et les replace dans le carton.

Objectif : lancer loin, dans une cible, en passant par-dessus un obstacle.

Matériel :

- 1 banc ;
- 3 sacs de graines ;
- 4 tapis ;
- 1 cartons/boites/paniers ;



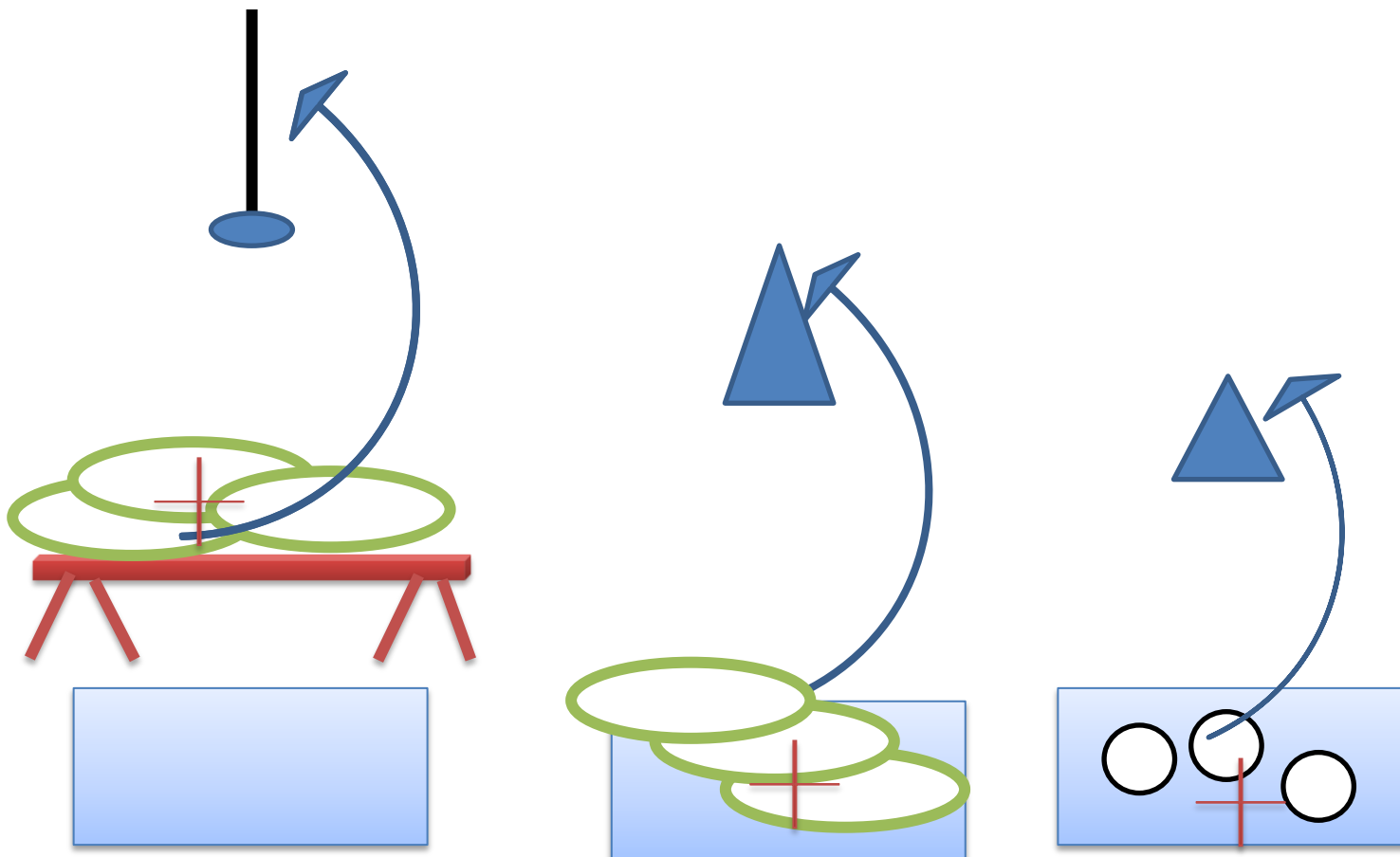
ATELIER n°7

Objectif : lancer autour.

Consigne : je monte sur le banc, lance les cerceaux autour du poteau ; je lance les cerceaux, les anneaux autour du plot et du cône. Puis, je vais chercher les cerceaux et les anneaux, et les replace sur le banc.

Matériel :

- 1 poteau ;
- 1 plot ;
- 1 cône ;
- 3 cerceaux ;
- 3 anneaux
- 1 banc ;
- 3 tapis ;



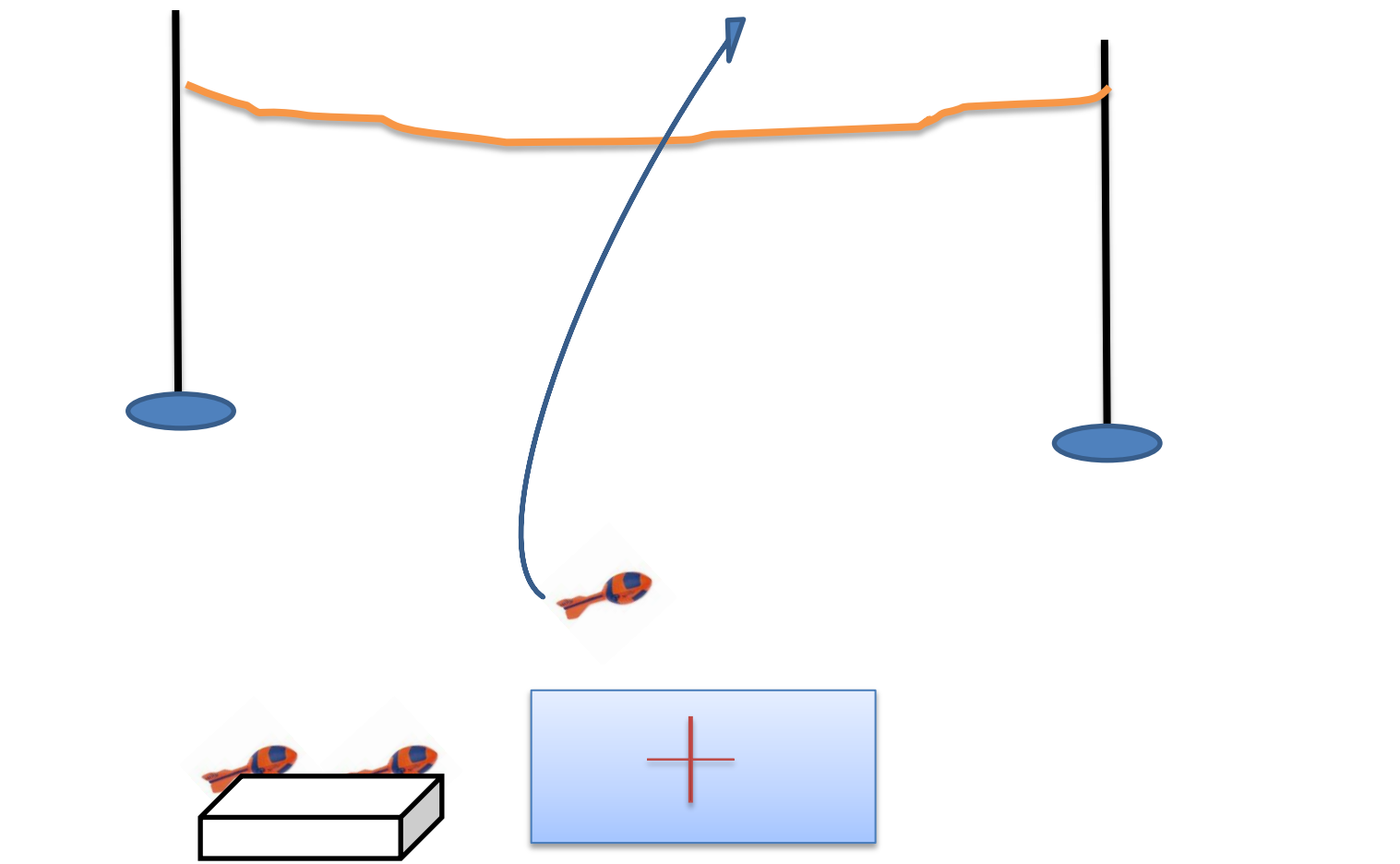
ATELIER n°8

Consigne : je lance les 3 comètes par-dessus l'élastique, pour qu'elles touchent le mur. Puis, je vais les chercher et les replace dans le carton.

Objectif : lancer haut et loin.

Matériel :

- 8 pétakas/comètes ;
- 1 fil/élastique ;
- 2 poteaux ;
- 1 tapis ;
- 1 carton/boîte/panier ;
- 1 mur



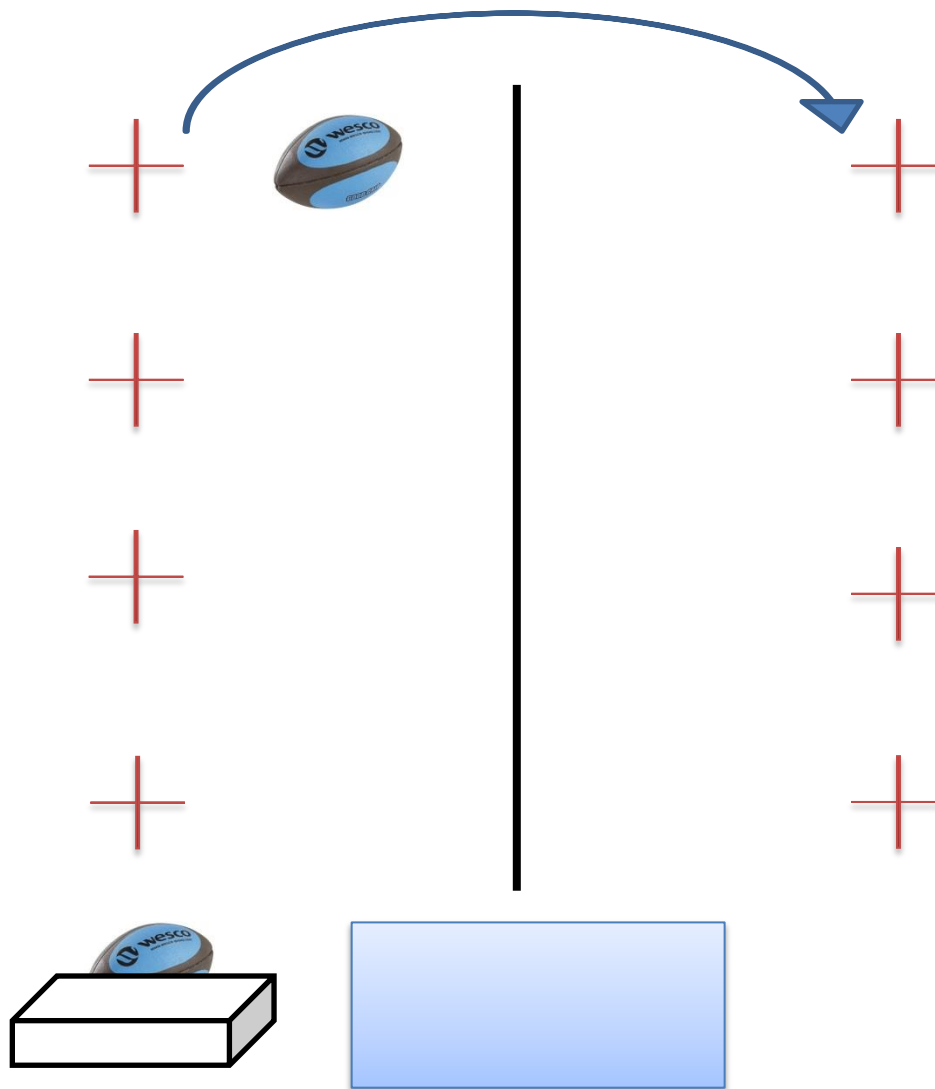
ATELIER n°9

Objectif : lancer et recevoir.

Consigne : je lance le ballon de rugby à mon partenaire et le reçois avec ou sans rebond. Puis, je le replace dans le carton.

Matériel :

- 4 ballons de rugby ;
- 1 tapis ;
- 1 corde ;
- 1 carton/boite/panier ;



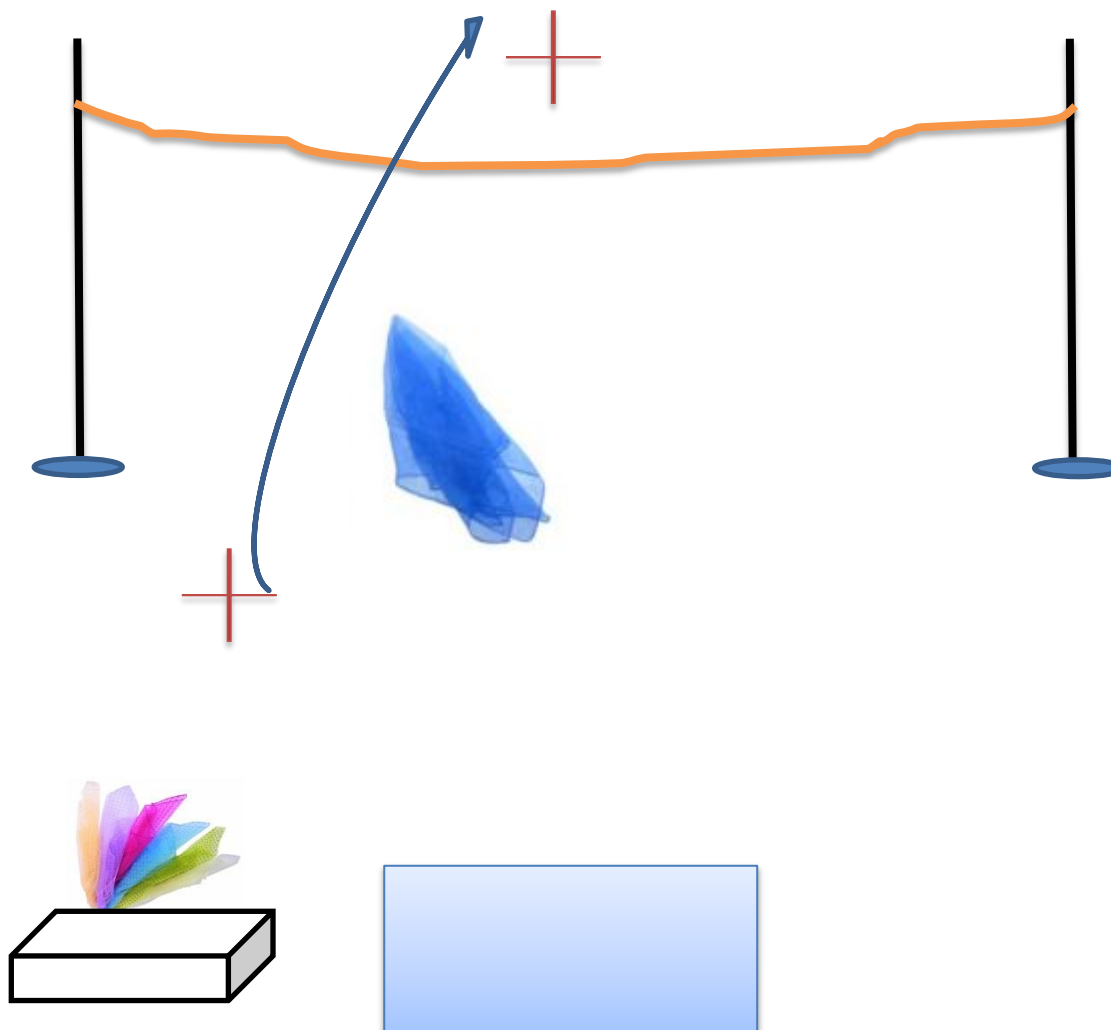
ATELIER n°10

Consigne : je lance le foulard à mon partenaire par-dessus l'élastique. Puis, je le replace dans le carton.

Objectif : lancer et recevoir.

Matériel :

- 1 élastique/fil ;
- 2 poteaux
- 4 foulards de jonglage ;
- 1 tapis ;
- 1 carton/boite/panier ;



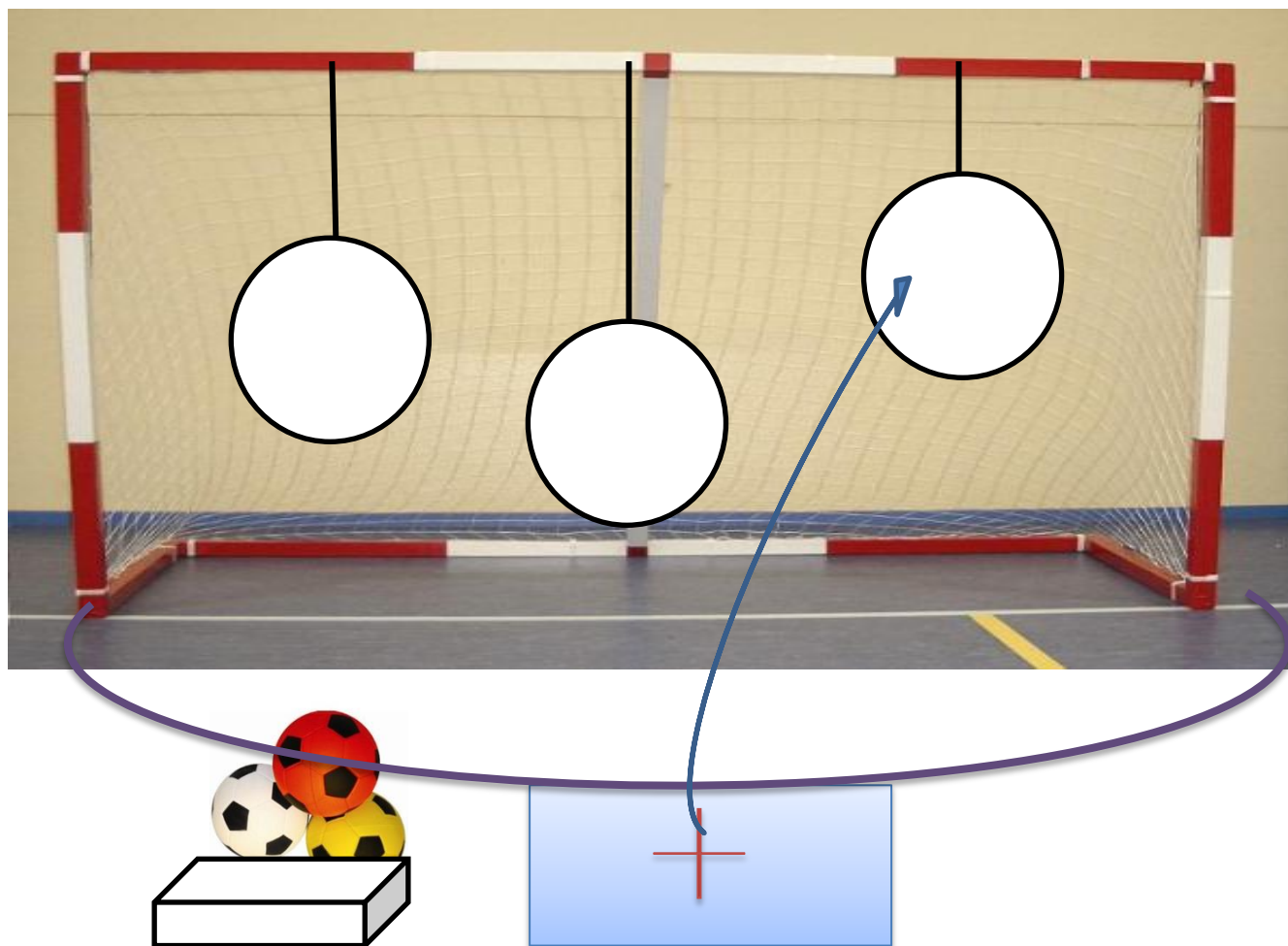
ATELIER n°11

Objectif : courir et tirer sur une cible.

Consigne : je cours vers la zone de tir, vise une cible (cerceaux suspendus) et tire. Puis, je vais chercher mon ballon et le replace dans le carton.

Matériel :

- 1 but ;
- 3 cerceaux ;
- 7 ballons en mousse/plastique ;
- 1 corde (zone de tir) ;
- 1 tapis ;
- 1 carton/boite/panier ;



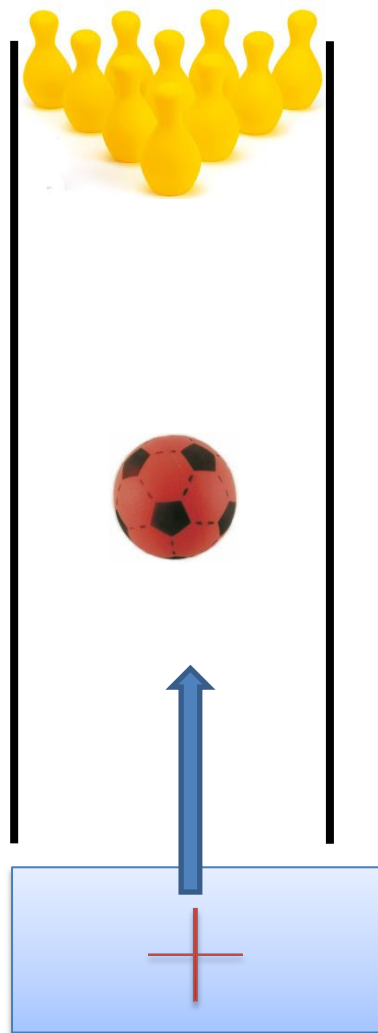
ATELIER n°12

Consigne : je lance le ballon dans le couloir pour atteindre les quilles disposées au bout. Puis, je vais chercher le ballon et replace dans les quilles tombées.

Objectif : lancer sur des quilles.

Matériel :

- 10 quilles ;
- 1 ballon ;
- cordes (couloir) ;
- 1 tapis ;
- 1 carton/boite/panier ;



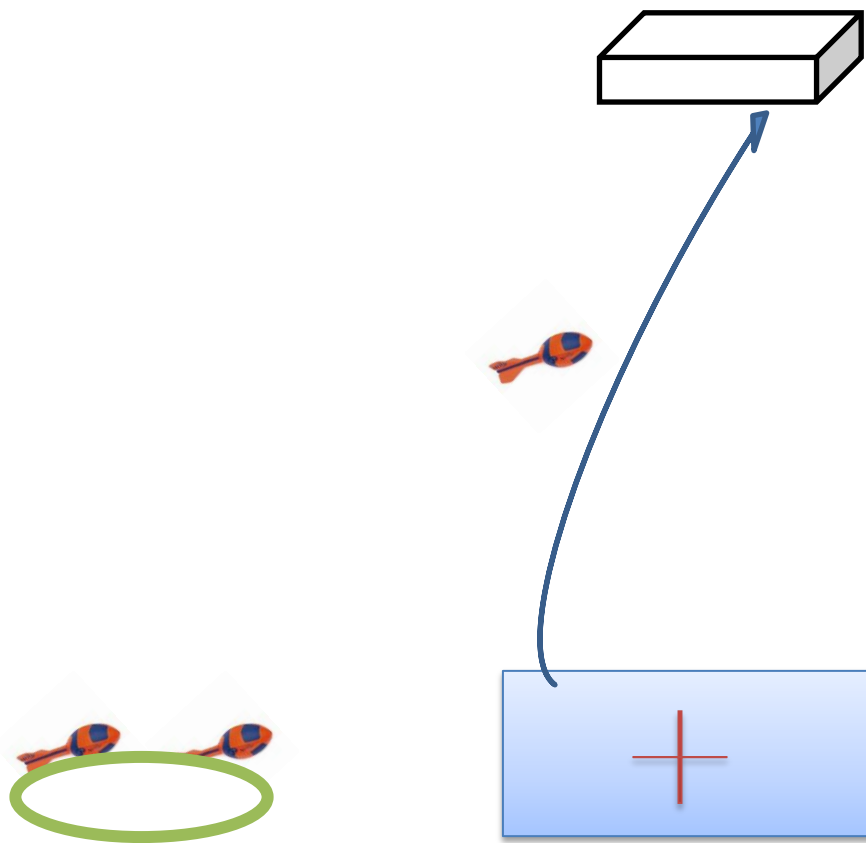
ATELIER n°13

Consigne : je lance les 3 pétakas/comètes dans le carton. Puis, je vais les chercher et les replace dans le cerceau.

Objectif : lancer dans une cible.

Matériel :

- 3 pétakas/comètes ;
- 1 cerceau ;
- 1 tapis ;
- 1 carton/boite/panier ;



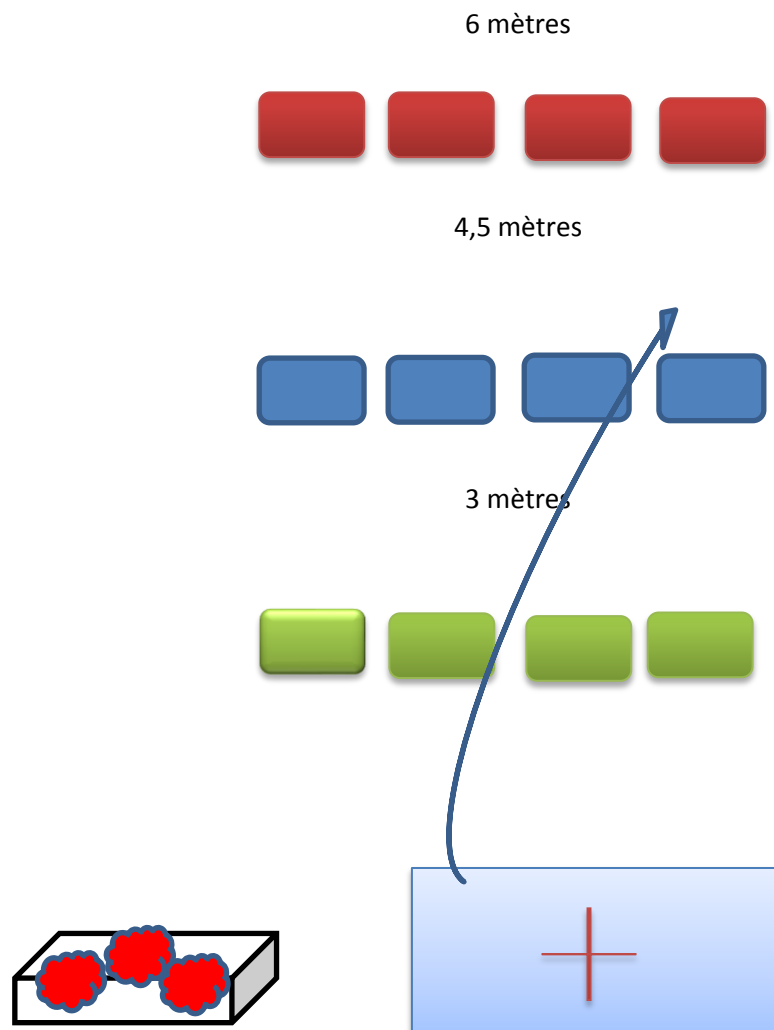
ATELIER n°14

Consigne : je lance les 3 sacs de graines de plus en plus loin et je mesure ma performance. Puis, je vais les chercher et les replace dans le carton.

Objectif : lancer loin pour se mesurer.

Matériel :

- 3 sacs de graines ;
- 4 briques rouges ; 4 briques bleues ; 4 briques jaunes ;
- 1 tapis ;
- 1 ruban mesureur ;
- 1 carton/boite/panier ;



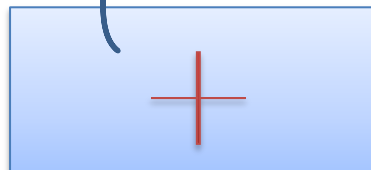
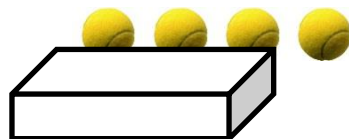
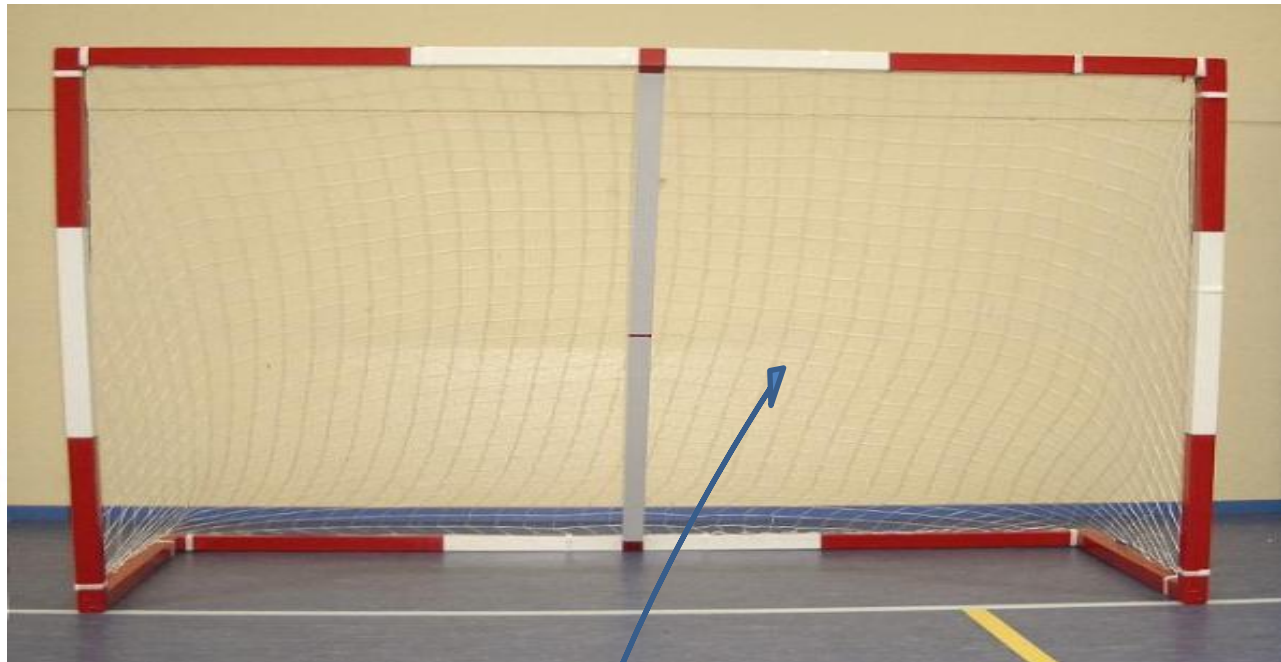
ATELIER n°15

Objectif : lancer avec une raquette.

Consigne : je lance les balles en mousse, avec la raquette, dans le but. Puis, je vais les chercher et les replace dans le carton.

Matériel :

- 7 raquettes ;
- 7 balles en mousse ;
- 1 but
- 1 tapis ;
- 1 carton/boite/panier ;



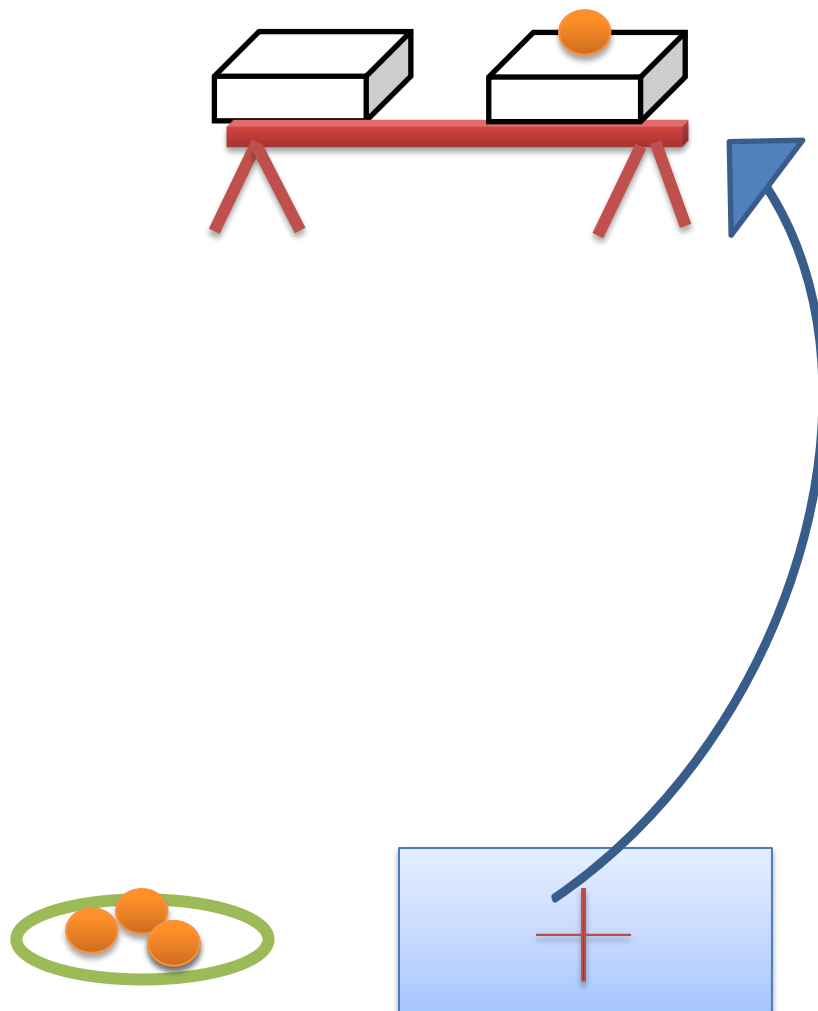
ATELIER n°16

Consigne : je lance les 3 balles en mousse dans les cartons posés sur le banc. Puis, je vais les chercher et les replace dans le cerceau.

Objectif : lancer dans une cible à mi-hauteur

Matériel :

- 3 balles en mousse ;
- 1 banc ;
- 1 cerceau ;
- 1 tapis ;
- 2 cartons/boîtes/paniers ;



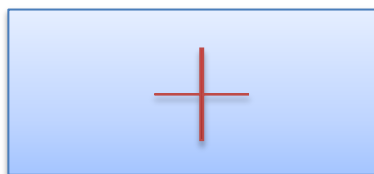
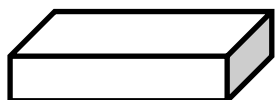
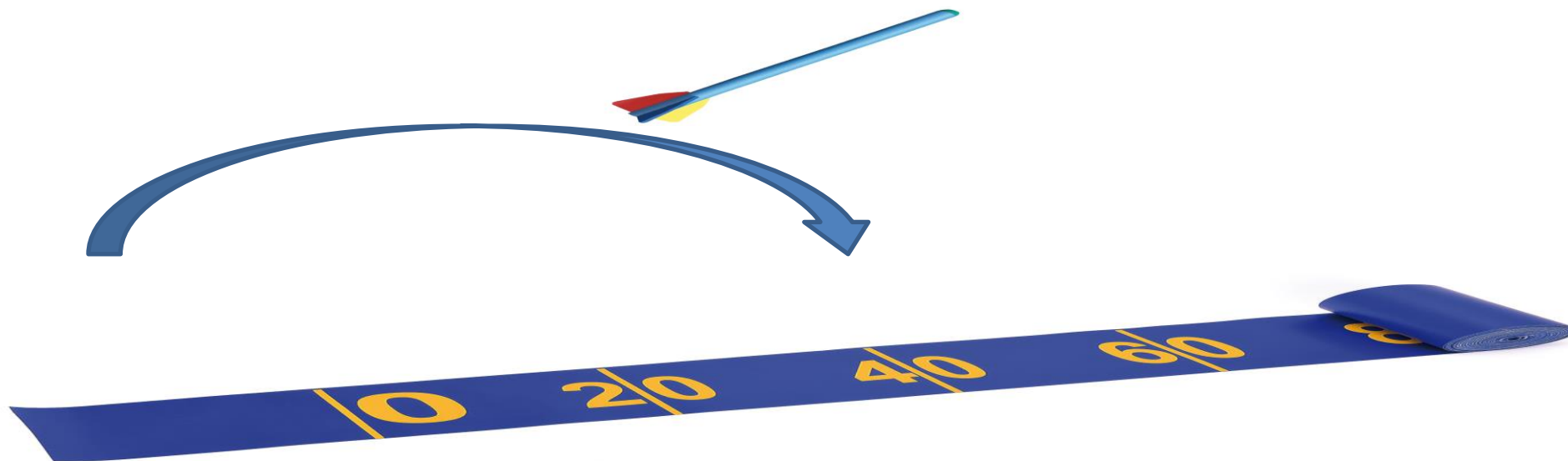
ATELIER n°17

Objectif : lancer loin.

Consigne : je lance le javelot le plus loin possible et je mesure ma performance. Puis, je vais le chercher et le replace dans le carton.

Matériel :

- 3 javelots ;
- 1 ruban mesureur ;
- 1 tapis ;
- 1 cartons/boites/paniers ;



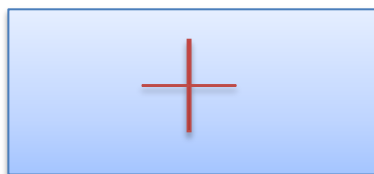
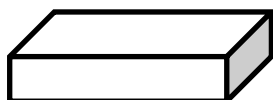
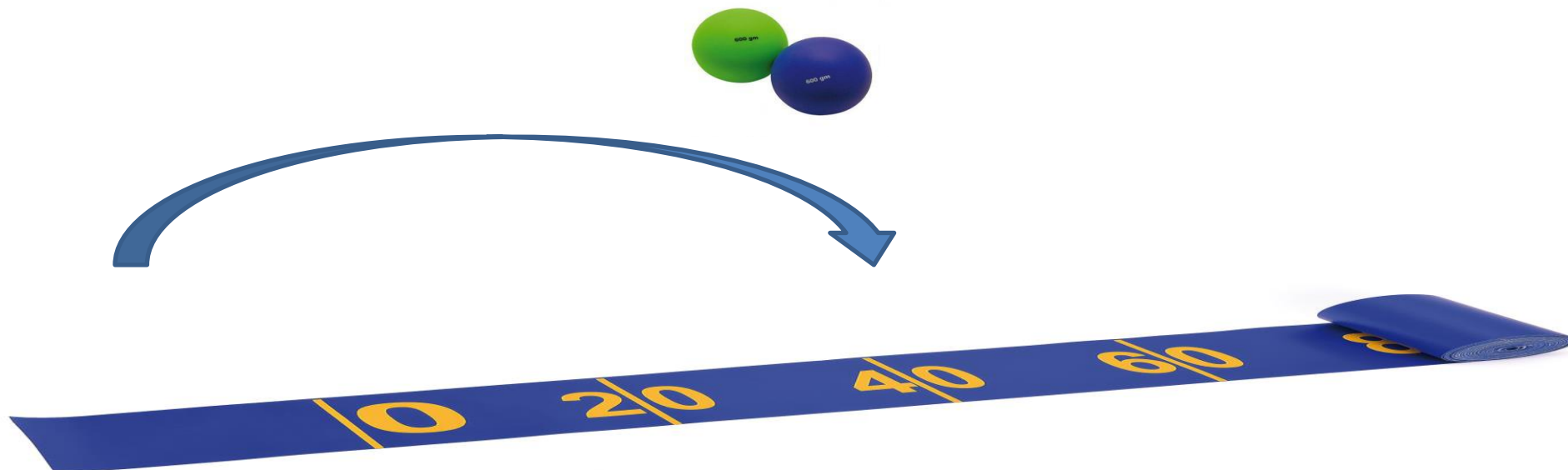
ATELIER n°18

Consigne : je lance les 3 poids le plus loin possible et je mesure ma performance. Puis, je vais les chercher et les replace dans le carton.

Objectif : lancer des objets de différents poids.

Matériel :

- 3 poids ;
- 1 tapis ;
- 1 cartons/boites/paniers ;



ATELIER n°19

Consigne : je fais avancer mon palet en le conduisant avec la crosse tout le long du parcours. Puis, je le replace dans le carton.

Objectif : jeux d'adresse.

Matériel :

- 3 crosses ;
- 3 palets ;
- 8 coupelles ;
- 2 haies ;
- 1 tapis ;
- 1 carton/boite/panier ;

