

Karl

Jour après jour, Karl le bousier fait rouler sa boule de nourriture dans la forêt en se réjouissant de la voir grandir. Mais voilà qu'un beau jour, alors qu'il était en train de la faire rouler sur une pente, sa nourriture lui échappe. Il doit tout recommencer de zéro.



Musique	Karl
Caractère	En mouvement avec persévérance
Mesure	7/8
Déroulement	A A' B A'

Structure musicale

A	A'	B	A'
7 + 7 + 7 + 7	7 + 7 + 7 + 7	17	7 + 7 + 7 + 7

Idée 1

Durée	Partie	Mesure	Schéma	Description
0'00	A	4x7		Debout, face au centre ou une épaule tournée vers le centre, se passer des ballons de différentes tailles. Cela de différentes manières : en avant, en tournant une fois autour de son axe, par-dessus la tête, entre les jambes...
0'37	A'	4x7	  	Différents exercices avec le swiss ball: L'enfant est debout sur swiss ball et l'adulte le tient L'adulte lève le ballon par-dessus l'enfant Roulade de tronc : tous les P sont couchés par terre et font rouler un E et un ballon dans une direction.
1'14	B	17		Se déplacer en duo dans la salle et taper dans chaque ballon libre que l'on rencontre
1'38	A'	4x7		Pousser la brouette (E en appui sur les deux mains et P lui tient les jambes) jusqu'à un ballon. Là, P soulève E par-dessus le swiss ball et le ballon par-dessus E

Idée 2 – De petit à grand

Préparation / Matériel

Tout le matériel est mis à disposition dans la salle de gym.

Durée	Partie	Mesure	Description
0'00	A	2x7	E est assis sur le tapis et P le tire
		2x7	E est assis sur le tapis et P le pousse
0'37	A'	1x7	PE rampent et font rouler une balle de tennis devant eux
		1x7	PE rampent et poussent avec les genoux un ballon de handball devant eux
		1x7	PE rampent et font rouler avec la tête un ballon devant eux
		1x7	E est couché sur un swiss ball et P le fait bouger dans toutes les directions
1'14	B	17	Repousser le swiss ball puis les E font une roulade par-dessus la jambe des P
1'38	A'	4x7	Répéter

Idée 3

Matériel

Ballons sous un foulard

Groupe

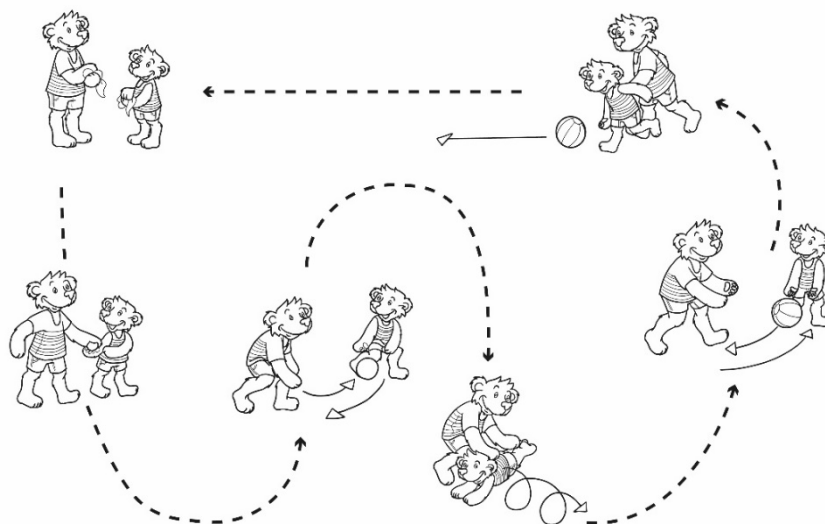
Librement dans la salle

Durée	Partie	Mesure	Description
0'00	A	4x7	PE se déplacent dans la salle (librement) et se saluent de différentes manières
0'37	A'	4x7	PE découvrent différents ballons (au début ils sont cachés sous un foulard), en prennent un et l'échangent avec un autre duo
1'14	B	17	Faire rouler les ballons dans la salle
1'38	A'	4x7	Tout le monde va au milieu de la salle. PE s'échangent les ballons entre eux.

Idée 4

Préparation / Matériel et plan de salle

Disposer les ballons au préalable



Durée	Partie	Mesure	Schéma	Description
0'00	A	2x7		PE prennent une balle de tennis ou une petite balle de softball et effectuent un trajet donné
		2x7		Echanger la balle de tennis par une balle de softball, la faire rouler entre les jambes et se rendre au point 3
0'37	A'	2x7		Déposer la balle de softball et faire rouler l'enfant comme un tronc vers les médecines balls = point 4
		2x7		PE se transmettent une médecine ball en le faisant rouler et vont au point 5
1'14	B	17		Faire rouler rapidement la médecine ball vers le point de départ
1'38	A'	2x7		Avec un sautoir ou un chiffon, former une boule dans les mains et puis aller vers la balle de tennis, de softball ou médecine ball .
		2x7		Répéter l'exercice correspondant

Idée 5

Préparation / Matériel

Préparer le matériel dans la salle de gym. : bancs près de l'espalier, bouts de moquette et tapis de 7 éventuellement.

Durée	Partie	Mesure	Description
0'00	A	4x7	Faire tourner de différentes manières - Tronc d'arbre - Roulade - « Moulin à café » - Retourner les meules de fromage
0'37	A'	4x7	Pousser la brouette (E en appui sur les mains et P le tient par les jambes) - Alternative : E couché sur le ventre sur le swiss ball, P le tient par les chevilles et le fait rouler d'avant en arrière E est assis ou à genoux sur un bout de moquette, P le tire par les mains
1'14	B	17	Accrocher un banc aux espaliers - E fait rouler le ballon en bas, P le rattrape au bout du banc <i>Dans la partie rapide:</i> - P sur le step et E sautille autour
1'38	A'	4x7	Faire tourner de différentes manières - Tronc d'arbre - Roulade - « Moulin à café » - Retourner les meules de fromage

Idée 6

Matériel

Un swiss ball ou un cerceau par duo PE.

Groupe

Librement en salle.

Durée	Partie	Mesure	Description
0'00	A	4x7	Tout le monde fait rouler son ballon (swiss ball) dans la salle en essayant de ne heurter personne.
0'37	A'	4x7	Rapetisser l'espace utilisable et continuer à faire rouler son ballon.
1'14	B	17	Laisser les ballons par terre et slalomer entre eux.
1'38	A'	4x7	Reprendre les ballons et les faire rouler. Au signal du moniteur/de la monitrice, changer de direction (en avant, en arrière, à droite, à gauche) ou tourner autour du ballon.

Idée 7

Groupe

Librement dans la salle ou en rang.

Durée	Partie	Mesure	Description
0'00	A	4x7	Tout le monde est debout à sa place (en rang ou librement dans la salle) et observent les insectes (imaginaires) affairés qui se déplacent dans la salle.
0'37	A'	4x7	La moitié du groupe se déplace à la manière des insectes tandis que l'autre moitié reste soit sur place soit se dirige lentement vers la trompette.
1'14	B	17	Après une courte pause, tout le monde tourbillonne en tous sens (petits mouvements rapides). Au moment de « l'impact », tout le monde tombe par terre.
1'38	A'	4x7	Idem que premier A' mais les groupes changent de rôle. Alternative : ils peuvent aussi tous effectuer le même mouvement.

Idée 8

Matériel

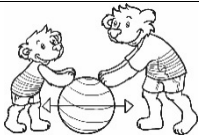
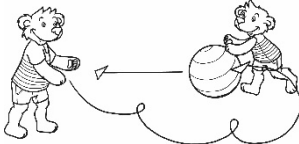
Un foulard par personne

Durée	Partie	Mesure	Description
0'00	A	4x7	PE entrent en faisant la brouette, des foulards sont répartis dans la salle. PE découvrent les foulards en les lançant individuellement devant eux.
0'37	A'	4x7	2x7. PE forment une boule avec le foulard et se font des passes 2x7. PE se rassemblent en tas au centre de la salle
1'14	B	17	PE agitent les foulards depuis le haut vers le bas, au moment de l'ex- plosion, PE sautent et lancent leur foulard en l'air.
1'38	A'	4x7	2x7. PE forment 2 cercles de face l'un dans l'autre et se passent les foulards 2x7. PE toujours 2 cercles mais de côté, forment une boule avec le foulard et le mettent sur la tête et marchent dans un sens et dans l'autre.

Idée 9

Matériel

1 swiss ball par duo.

Durée	Partie	Mesure	Schéma	Description
0'00	A	2x7		2x7. PE font des moulinets avec les bras.
		2x7		2x7. P porte E devant lui et fait des tours sur lui-même autour du swiss ball.
0'37	A'	2x7		2x7. P porte E devant lui et fait des tours sur lui-même autour du swiss ball.
		2x7		2x7. E à plat ventre sur la swiss ball, P le balance d'avant en arrière.
1'14	B	1x7		1x7. PE debout l'un en face de l'autre poussent avec les mains la swiss ball d'avant en arrière.
		1x10		1x10. E à plat ventre sur la swiss ball donne les mains au P qui le tire d'avant en arrière.
1'38	A'	3x7		3x7. P pousse la swiss ball et l'E va le rechercher et le ramène.
		1x7		1x7. E sur la swiss ball, assis ou debout, P balance E de gauche à droite.

Idée 10 – Jeu avec cette musique

Matériel

Plusieurs balles et ballons d'au moins 20 cm de diamètre répartis dans toute la salle. Un cerceau par duo est prêt au bord de la salle.

Groupe

Se déplacer librement dans la salle.

Durée	Partie	Mesure	Description
0'00	A	4x7	Pendant les parties A et A', tout le monde doit slalomer à travers autant de boules de nourriture (balles et ballons) que possible.
0'37	A'	4x7	Cf. ci-dessus. Le moniteur/la monitrice peut donner des tâches : tourner autour des boules, les renifler, les toucher du pied/de la main, etc.
1'14	B	17	Au changement de musique, tout le monde apporte les balles/ballons dans son cerceau. Une seule balle par personne et par trajet. A l'arrêt de la musique, s'asseoir immédiatement par terre.
1'38	A'	4x7	Dès que la musique redémarre, tout le monde se déplace librement dans la salle. Une fois la musique terminée, compter le nombre de ballons que chaque duo a dans son cerceau.