

LE PETIT JOURNAL  
DES  
MOYENNES SECTIONS



Au cours de cette troisième période,  
le jeudi matin, de 8 h 45 à 9 h 45, en demi-groupe,  
nous avons eu la chance de participer à une activité

## **CIRQUE**

avec Vincent, un intervenant extérieur.



## JEUDI 11 JANVIER 2024

Aujourd'hui, premier jour de cirque !

Pour commencer la séance, nous avons sorti un animal de la boîte magique : on devait se recroqueviller en baissant la tête pour imiter la girafe et l'araignée.

Puis, nous avons découvert le « chevelu ». Nous l'avons manipulé avec la tête, les bras et les jambes.

Nous avons aussi utilisé des foulards que l'on devait poser sur la tête, puis le lancer le plus haut possible et le rattraper.



## JEUDI 18 JANVIER 2024

Aujourd'hui, de la boîte magique, devaient sortir une girafe et un lapin.

### **1 – Activité avec une tige et une assiette :**

Nous avons d'abord posé l'assiette sur notre tête, puis nous avons fait tourner l'assiette avec notre index.

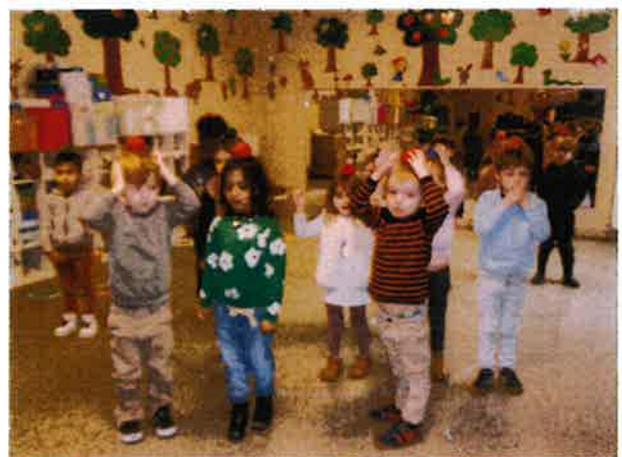
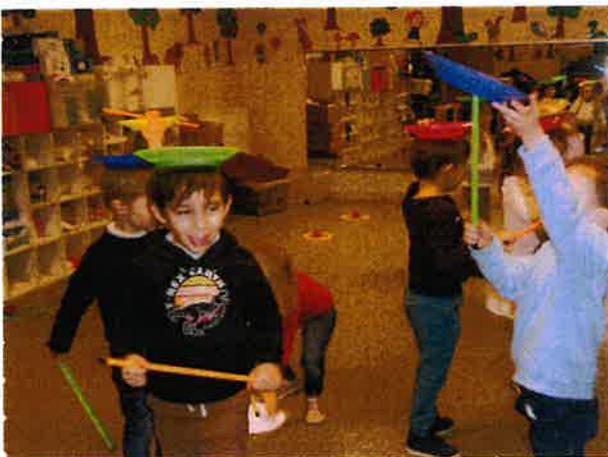
### **2 – Activité avec les balles molles :**

Nous avons joué avec les « souris » (balles molles) et nous, nous étions les lions ! Nous devons poser notre souris sur le bras, la main, puis la tête.

Ensuite, nous avons fait « le trampoline » : il fallait faire sauter la balle.

Nous avons aussi fait « l'escalier » : on devait passer la balle de la main gauche à la main droite, et inversement.

Enfin, nous avons fait « l'ascenseur » : on devait laisser tomber la balle, puis essayer de la rattraper.



## **JEUDI 25 JANVIER 2024**

Aujourd'hui, nous avons suivi un parcours :

### **1 – La boule d'équilibre :**

Nous devions monter sur « Smarties », une grosse boule pour ne pas tomber dans la mare aux crocodiles.

### **2 – Le rouleau d'équilibre :**

Il fallait faire rouler, avec ses pieds, un gros « rouleau de papier toilette d'éléphant ».

### **3 – La planche d'équilibre :**

Nous pouvions monter sur ce « tronc d'arbre » sur un ou deux pieds.

### **4 – Les barres d'équilibre :**

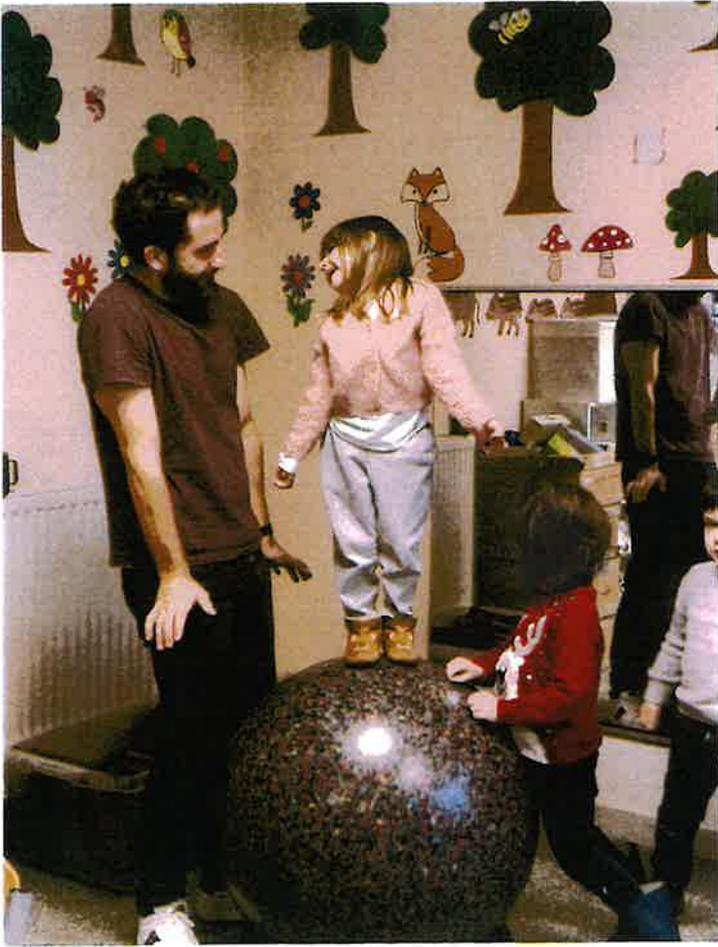
Sur deux barres d'équilibre, on avançait à l'aide des mains et des pieds (comme une araignée ou un éléphant). On pouvait aussi se mettre debout.

### **5 – Les anneaux magiques :**

♣ Le premier : la glace.

♣ Le second : le feu.

♣ Le troisième : la mare aux crocodiles.



## **JEUDI 1<sup>er</sup> FEVRIER 2024**

Aujourd'hui, nous avons juste repris une partie du parcours de la semaine dernière, car nous devons être prêts pour accueillir **la flamme olympique** à 9 h 30 !

Nous avons donc utilisé **le rouleau d'équilibre** et **les barres d'équilibre**.

## JEUDI 8 FEVRIER 2024

Nous avons commencé la séance en ouvrant la boîte magique : en sont sortis des girafes, des éléphants, des araignées et des arbres.

Ensuite, nous avons, à nouveau, découvert le chevelu que l'on devait manipuler à l'aide de baguettes. On le posait sur la tête et on le faisait glisser pour le rattraper avec les baguettes. Enfin, on devait le poser sur un rocher à la fin de la séance.





## **JEUDI 15 FEVRIER 2024**

Ce matin, nous avons fait un parcours :

### **1 – Les deux barres :**

Nous devons traverser « le pont du crocodile », les deux barres, aidé d'un ami, puis on échangeait les rôles.

### **2 – Les deux boules :**

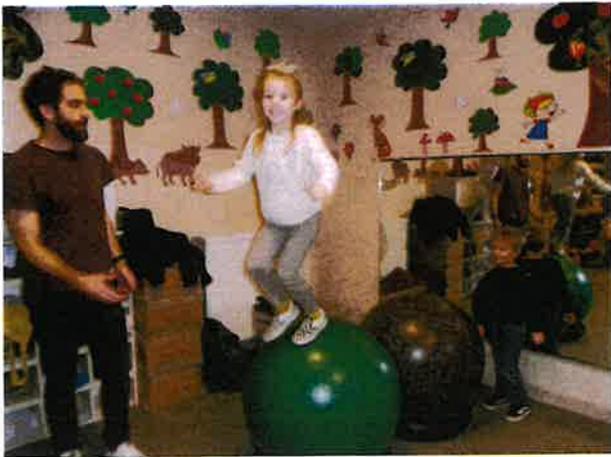
Nous sommes montés sur « Pistache » et « Smarties », comme des lions, puis nous glissions ou sautions de la boule.

### **3 – Le cornet et la boule :**

Enfin, nous nous sommes arrêtés chez « le glacier » pour essayer de faire tenir « la boule de glace » sur « le cornet ».

### **4 – Le rouleau :**

Pour finir le parcours, nous avons manipulé le rouleau.



## **JEUDI 22 FEVRIER 2024**

Aujourd'hui, dernier jour de cirque...

Nous avons commencé la séance par entrer par « la porte du chevelu » (soutenue par deux diabolos), avant de suivre un nouveau parcours.

### **1 – Le pédalgo :**

Nous avons découvert un drôle de vélo, sans selle, ni guidon, « le pédalgo » ou « la pédalette ». Pour avancer, il fallait d'abord monter sur la pédale du bas (sinon, c'était la chute !), puis on pouvait se tenir au mur.

### **2 – Les foulards ;**

### **3 – Les balles ;**

### **4 – Les anneaux et les baguettes ;**

### **5 – Les assiettes chinoises ;**

### **6 – Les rochers ;**

### **7 – Le pont du crocodile ;**

### **8 – La grosse boule « Smarties ».**





FIN

MERCI

VINGCENT !