

FICHE TECHNIQUE : les foulards

Préambule : simple à aborder le foulard est un outil dont la lenteur de déplacement permet différents travaux autour de la coordination et de la latéralisation. On peut l'utiliser comme éducatif pour jongler à 3 balles mais attention, ce ne sont pas du tout les mêmes mouvements, les similitudes se situent au niveau du rythme et de la forme globale.

Avant de commencer : - on rappellera qu'il est essentiel de se tenir droit.

Matériel : attention aux foulards trop grand qui deviennent très difficiles à manipuler pour les petits.

Objectif : travailler sur des notions de latéralisation et de coordination.

Durée : environ 20 mn

Public : dès la maternelle à 1 et 2 foulard et dès le CE2 pour jongler à 3 foulards.

Proposition d'apprentissage :

1) travail à 1 foulard

- le foulard est déplié, tenu par les 2 coins du haut : technique du point mort : on le lâche puis on le rattrape, on ajoute un clap dans les mains, on le rattrape les mains croisées et vice versa, on fait un tour puis on le rattrape, on le fait pivoter d'1/4 de tour, etc.

2) apprentissage pour jongler à 3 foulards :

- avec 1 foulards : position comme si on tenait un guidon de moto, on dépose le foulards dans un panier imaginaire situé un peu + haut que la tête, au dessus de l'autre main. Cette autre main attrape le foulard en patte de chat.

- avec 2 : quand on a déposé le premier foulard dans le panier on ne s'en occupe plus et on dépose l'autre dans le 2^{ème} panier. Etape très délicate. Faire commencer par la main qui n'est pas directrice. Faire compter à voix haute à chaque lancer : « 1 », « 2 » ou « panier »
« panier » « je rattrape » « je rattrape ».

- avec 3 : on démarre avec 2 dans une main : en comptant à voix haute on enchaîne lancer dans les paniers et rattrapes en pattes de chat.

3) s'échanger les foulards :

en se donnant un signal, on échange les foulards face à face, sans croiser (on lance main droite, on rattrape main gauche).

Des idées de production :

Utiliser le souffle d'une machine (sèche-cheveux, pompe, etc.) pour démarrer ou finir une prestation aux foulards.

- dans une chorégraphie ou une mise en scène les foulards peuvent évoquer le vent (légèreté), des papillons, des fleurs, (couleurs vives et variées),

