

Rituels dans le sport des enfants – Retour au calme/Pauses: Au pays du silence

Les enfants perçoivent les mouvements de manière visuelle uniquement. Grâce à cet exercice, ils améliorent leur concentration.

Les enfants ne doivent pas faire de bruit ni parler. L'enseignant/le moniteur leur montre différents mouvements et poses. Les enfants l'observent et l'imitent le plus vite possible.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO