

Acrobatie avec partenaire: Chasse aux lapins

Dans un champ, sept lapins affamés et trois chasseurs aux aguets. Ces premiers parviendront-ils à ramener des carottes? Objectif de cet exercice en groupe: agir sur le rapport au contact physique.

Sept lapins, dans leur terrier situé le long d'une paroi de la salle, convoitent les carottes (élèves couchés sur le dos, corps tendu) qui se trouvent dans le champ au milieu de la salle. Entre eux et le champ attendent trois chasseurs prêts à les attraper (toucher). Les lapins essaient de traverser et de ramener les carottes dans leur terrier en les tirant par les pieds. Si un chasseur les touche, ils se transforment en carottes et rejoignent le champ. S'ils réussissent à ramener la carotte au terrier, cette dernière devient lapin. Les chasseurs gagnent la partie s'ils ont transformé tous les lapins en carottes, les lapins gagnent s'il ne reste plus de carottes.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO