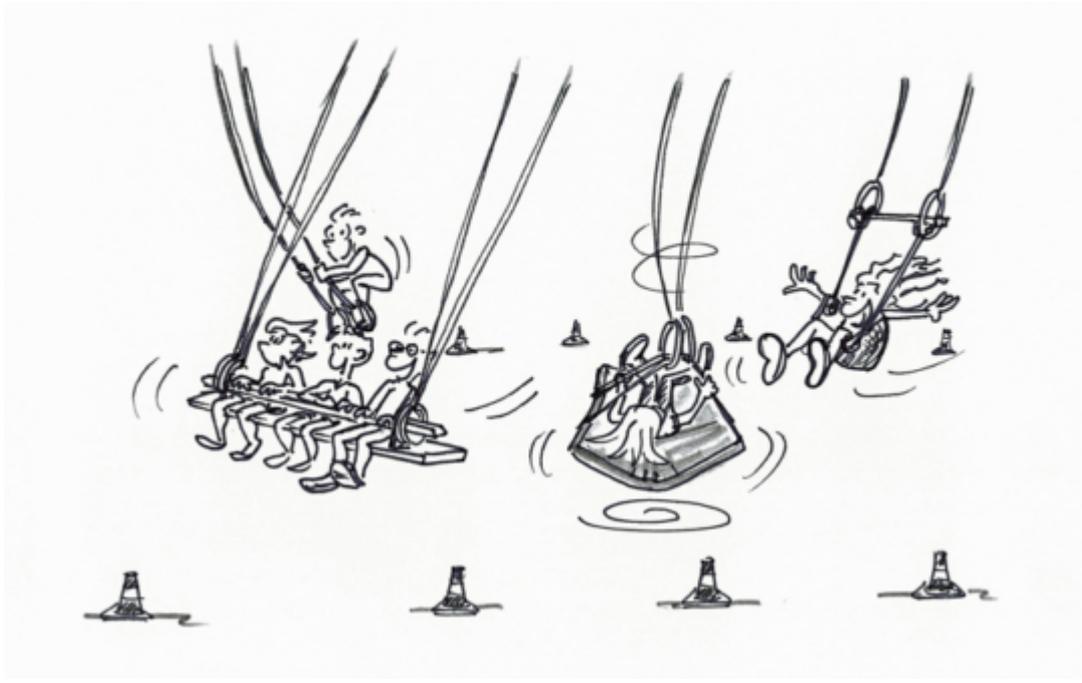


Gagner en assurance – Postes principaux: Balancers

A ce poste, les élèves se balancent sur différents agrès.



[Dessin à télécharger](#) (pdf)

Accents: Balancer, se tenir en équilibre.

L'installation compte plusieurs paires d'anneaux pour occuper le maximum d'élèves simultanément.

Matériel: Banc suédois, petits tapis, anneaux balançants, trapèze, balançoire, cordes (avec ou sans noeud), évent. morceaux de moquette, sangles d'arrimage

Déplacement:

- Tester différentes manières de se balancer.

Eventuelles difficultés:

- Certains élèves n'osent pas se balancer. En leur proposant une ou deux installations tout près du sol, ils seront encouragés à se lancer.

Sécurité: Fixer solidement les balançoires avec des sangles. Expliquer aux enfants qu'ils ne doivent pas courir le long des installations (placer évent. des cônes).

Variantes

- Moduler la hauteur des balançoires.
- Se balancer avec beaucoup ou peu d'amplitude.

Remarque: La plupart des élèves aiment se balancer. Malheureusement, il est difficile d'occuper beaucoup d'enfants en même temps, vu la complexité des installations. De plus, l'enseignant ne peut pas pousser plusieurs élèves simultanément. En aménageant des postes près du sol, les plus peureux osent s'aventurer. Dans cette optique, il est judicieux de regrouper les élèves par niveaux.

Postes supplémentaires

- [Mur d'escalade](#)
 - [Jardin d'équilibre](#)
 - [Tunnel routier](#)
 - [Crevasse](#)
 - [Toboggan](#)
-
-

Source: Miriam Rufer, enseignante primaire



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO