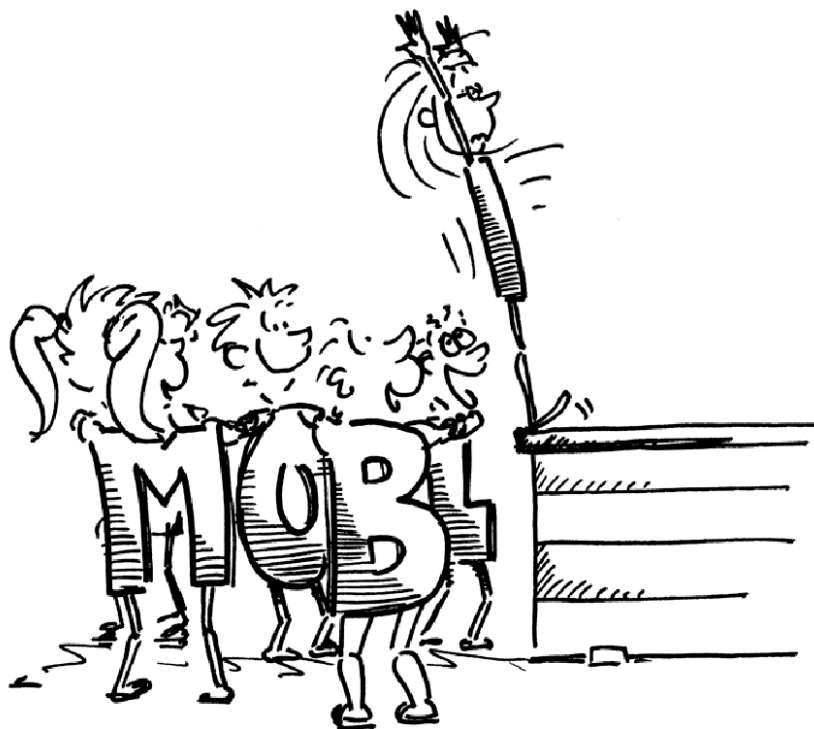


Coopération – Jeux de confiance: Le saut de la confiance

Cet exercice exige du courage et de la confiance en ses camarades. Il oblige chaque enfant à prendre une décision: se laisser tomber ou renoncer.



Aligner huit personnes au minimum, face à face, sur deux rangées espacées de 60 à 80 cm. Celles-ci se tiennent par les épaules selon le principe de la fermeture Eclair en vue de réceptionner un de leurs camarades qui se laisse tomber en arrière «dans leurs bras» depuis une hauteur d'environ 120 cm (caisson suédois).

Rituel: D'abord tous les protagonistes se concentrent, puis lorsque le participant est prêt à se laisser tomber, il crie «Prêt!»; les personnes chargées de le réceptionner quittent en répondant «O.-K.!»; le participant peut alors dire «Je tombe!» et se laisser tomber dans les bras de ses camarades ou «Je descends!» s'il renonce.

Disposer des tapis sur et autour de la zone de chute.

Matériel: Bancs, tapis



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO