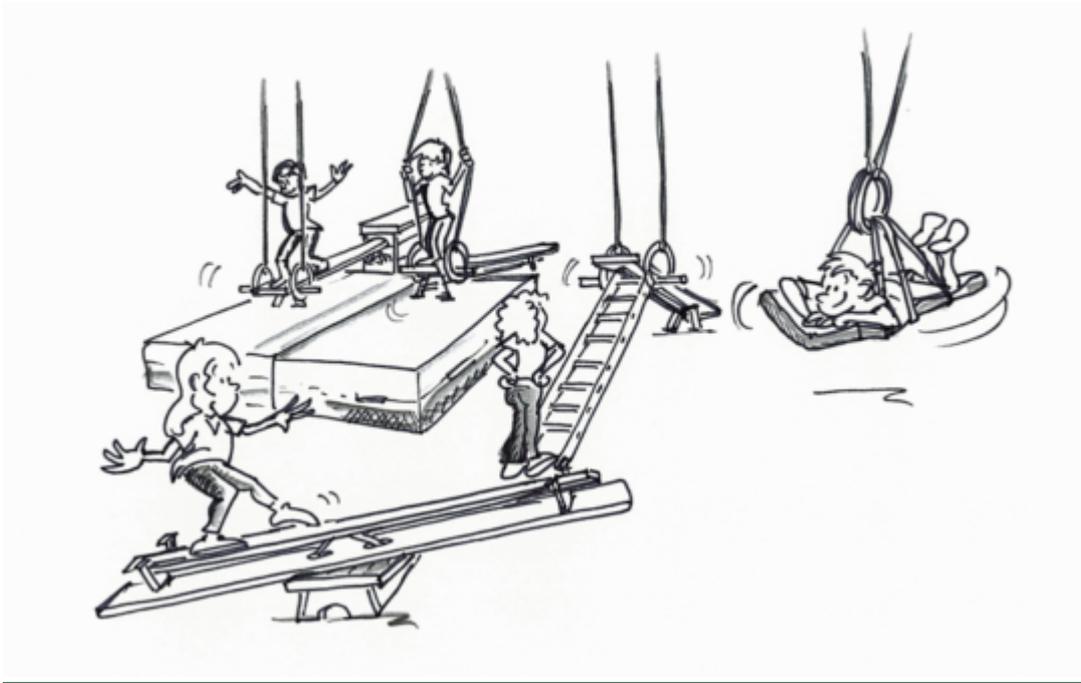


Gagner en assurance – Postes principaux: Parc mobile

A ce poste, les élèves sont capables de se déplacer sur des agrès instables.



[Dessin à télécharger](#) (pdf)

Accents: Se tenir en équilibre, se concentrer, sauter en contrebass.

Les élèves se déplacent en équilibre sur des agrès instables avant de sauter en contrebass sur le gros tapis ou d'emprunter la voie descendante (par exemple pour l'échelle).

Matériel: Anneaux balançants, une échelle, trois trapèzes, quatre bancs suédois, un caisson, deux gros tapis, un couvercle de caisson, des petits tapis, des sangles d'arrimage

Déplacement:

- Sur le banc suédois ou l'échelle

Eventuelles difficultés:

- Garder son équilibre sur des supports qui bougent n'est pas facile.
- Le saut en contrebass représente aussi un petit défi.

Sécurité: Fixer les bancs suédois et l'échelle aux trapèzes avec des sangles. Placer des petits tapis sous les bancs.

Variante

- Lever les anneaux pour augmenter l'inclinaison du banc suédois et de l'échelle.

Remarque: Un seul enfant par agrès. Se déplacer prudemment le long du banc.

Postes supplémentaires

- [Mur d'escalade](#)
 - [Tapis mouvant](#)
 - [Toboggan](#)
 - [Télési](#)
 - [Crevasse](#)
-
-

Source: Miriam Rufer, enseignante primaire



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO