

Gagner en assurance – Postes annexes: Tapis mouvant

Ce poste sollicite en particulier l'équilibre des élèves. A réaliser assis ou debout.

Dessin à télécharger (pdf)

Former un rectangle avec quatre petits tapis, en laissant un espace libre au milieu rempli de médecine-balls. Recouvrir les ballons avec un tapis de 16. Les élèves essaient de garder l'équilibre sur le tapis mouvant, assis ou debout. Pour compliquer la tâche, des camarades placés tout autour bougent le tapis.



Matériel: Quatre petits tapis, un tapis de 16, médecine-balls

Source: Miriam Rufer, enseignante primaire



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO