

Sport et handicap – Compensation: Lancer plus

Lancer au loin avec différents «handicaps»: les élèves développent ensemble un système de bonus pour compenser les désavantages liés aux différents types de restrictions motrices.

Les élèves lancent la balle selon différentes contraintes: avec une main dans le dos, assis sur une chaise ou sur le sol, en se tenant sur une jambe, avec une balle serrée entre les genoux, etc.

Ils comparent les résultats obtenus avec et sans «handicap» et établissent un système de bonus qui permet de compenser les désavantages constatés.



Variante

Comparaison des résultats à l'aide de la tablelle usuelle des handicaps. Trouver ensemble un système de bonus/malus pour compenser les différences.

Remarque: Les systèmes avec handicap (systèmes de classification) sont répandus dans le sport-handicap (voir www.swissparalympic.ch).

Matériel: Balles de lancer, ruban métrique, chaises, balles en mousse, tableau de notation pour les lancers

Source: Stefan Häusermann



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO