Objets du quotidien – Capsules de bouteille: Varicelle

Cet exercice facilite la perception et la différenciation des parties du corps. Il permet aussi de les reconnaître et d'y mettre un nom.

Avis à nos lectrices et lecteurs

Tous les exercices proposés ont été conçus pour l'enseignement de l'éducation physique ou l'entraînement. Toutefois, ceux-ci peuvent être facilement mis en œuvre à la maison avec quelques adaptations. Les enfants et les jeunes ont souvent de bonnes idées: impliquez-les dans ce processus!

La rédaction de mobilesport.ch

Par deux, A se couche sur le ventre ou sur le dos et ferme les yeux. B pose une capsule (avec plus ou moins de pression) sur son partenaire. Ce dernier essaie de nommer précisément l'endroit où se trouve l'objet. Après quelques essais, les enfants changent les rôles.

Variante

A se couche sur le ventre. B dépose quelques capsules (1 à 5) sur son dos, A tente de deviner leur nombre.

Matériel: Capsules de bouteille

Source: Franziska Wenk, étudiante à la HEP St-Gall