

Perception de l'espace: Orientation et stabilité

Dans cet exercice, les enfants doivent indiquer la direction d'un point donné avant et après un parcours effectué les yeux fermés.

En un point A, repérer un autre point B. Fermer les yeux, puis marcher (ou courir) dans une direction choisie. Après un certain temps (par exemple 15 secondes), s'arrêter et indiquer la direction du point B.



Variante

plus difficile

Ajouter des changements de direction à son trajet.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO