

Jeux en plein air – Sur la glace: Ours et pingouin

Cet exercice permet aux enfants de faire leurs premières expériences de glisse et de patinage.

Mettre différents accessoires à la disposition des enfants pour les aider dans leur apprentissage: personnages auxquels s'accrocher, cônes géants ou petits buts, souvent disponibles à la patinoire. Les enfants essaient de se déplacer en se tenant à eux.



Variantes

- Le moniteur prend un enfant par la main et l'aide à évoluer sur la glace.
- Tester différentes variantes: laquelle est la plus efficace pour avancer?
- Tâche motrice: comment les pingouins se déplacent-ils?
- Effectuer un slalom.

Matériel: Cônes géants, petits buts



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO