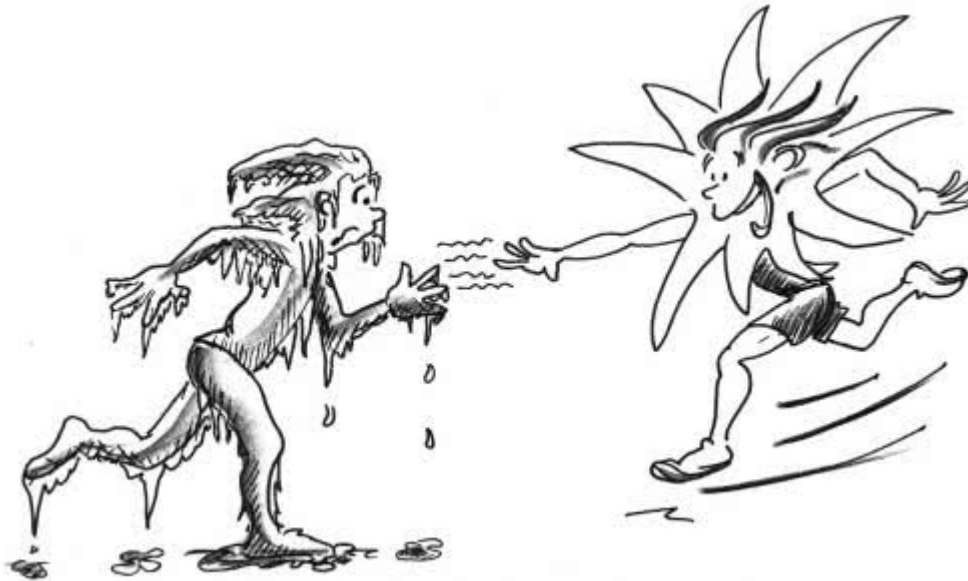


Perception par le mouvement – Sens du mouvement: Jeux extensifs – Combat des dieux (glace et soleil)

Les objectifs de cet exercice sont les suivants: transitions rapides entre mouvements et pauses, perception des tensions et relâchements musculaires.



Histoire: Les dieux/déeses des glaces contre les dieux/déeses du soleil.

Les dieux/déeses des glaces (un ou plusieurs enfants) chassent les dieux/déeses du soleil (un ou plusieurs enfants). Quand un dieu du soleil est touché, il se fige sur place, tous ses muscles contractés par le froid. Il peut à nouveau bouger dès qu'un autre dieu du soleil le réchauffe en le touchant.

Source: Manuela Zgorski-Lätsch, Jsabelle Scheurer



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO