

Patinage – Premiers pas: «Salut, ça va?»

Un premier exercice pour se familiariser avec la glace et coopérer avec ses camarades. A chaque rencontre, les élèves joignent le geste à la parole.

Par deux, face à face. Les enfants s'échangent quelques paroles en joignant le geste à la parole.



Exemples:

- «Salut, quel est ton nom? (taper quatre fois la glace avec le patin)
- «Je m'appelle Marie et toi?» (taper sur les cuisses selon le nombre de syllabes)
- «Nathalie» (se frotter trois fois les mains mutuellement)
- «Enchantée!» (se serrer la main)
- «Asseyons-nous» (se mettre accroupi et toucher la glace avec la paume des mains)
- «Il est temps de partir» («give me five»)

Variante

Au lieu de changer de partenaire à la fin, recommencer la série en augmentant le rythme.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO