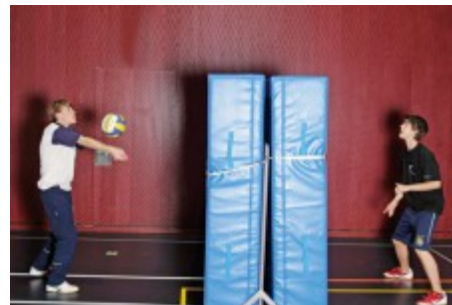


Coordination – Orientation: Passes à l’aveugle

Au cours de cet exercice, les élèves apprennent à s’orienter rapidement: un mélange d’orientation et de réaction.

Passes par-dessus (ou autour) d’un obstacle visuel. Exemple: A et B jouent par-dessus un chariot de tapis.



Variante

Sous forme de concours, 1 contre 1 ou 2 contre 2. Délimiter les terrains et choisir un arbitre.

Matériel: Chariot de tapis, balle

Source: Cahier pratique «mobile» 38/2008, Ralph Hunziker, Andreas Weber



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO