

Rituels dans le sport des enfants – Retour au calme/Pauses: Ballons sonores

A l'aide de petit matériel tout simple, les enfants effectuent différentes tâches motrices.

Une clochette ou un grelot est inséré dans un ballon de baudruche avant de le gonfler. Le ballon sonore circule dans le cercle en fonction des instructions données par l'enseignant/le moniteur.

Exemples:

- Qui fait résonner le ballon le plus fort possible?
- Qui réussit à faire sonner le ballon seulement deux fois?
- Qui fait sonner le ballon très doucement?
- Qui réussit à transmettre le ballon sans bruit?



Variante

Introduire d'autres objets dans le cercle susceptibles de faire du bruit.

Matériel: Clochettes, grelots, ballons de baudruche



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO