

Perception par le mouvement – Sens de la position: Jeux extensifs – Serpents et faisans (mur protecteur)

Les objectifs de cet exercice sont les suivants: posture, position du corps et des extrémités dans l'espace et par rapport à l'objet (ballon).



Histoire: Les serpents attaquent les faisans protégés par un mur circulaire.

Un à trois faisans, deux à cinq serpents. Les autres enfants se donnent la main et forment un cercle autour des faisans. Les serpents lancent le ballon (ou les ballons) en direction des oiseaux. Les protecteurs essaient de repousser les projectiles à l'aide de leur corps.

Remarque: Plus les serpents sont nombreux, plus il est difficile de protéger les faisans.

Matériel: Ballons mous

Source: Manuela Zgorski-Lätsch, Jsabelle Scheurer



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO