

# Perception par le mouvement: Sens de la force

En effectuant les exercices d'aïkido de la partie principale de cet exemple de leçon, les enfants se rendent compte de la force qu'ils doivent engager par rapport à leur partenaire.



## Conditions cadres

- Durée: 60 minutes
- Tranche d'âge: 7-12 ans
- Degré scolaire: primaire

## Objectif d'apprentissage

- Développer le sens de la force

**Matériel:** Tapis posés en cercle pour les salutations et la réflexion, fiches avec smileys

## Leçon: Sens de la force

Source: Manuela Zgorski-Lätsch, Jsabelle Scheurer



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO