

# Perception de l'espace: Equilibre avec handicap

Grâce à cet exercice, les enfants prennent conscience que l'équilibre est l'affaire de différents organes sensoriels, notamment de l'oreille interne et des yeux.

Sur un banc suédois, exécuter différents exercices sans phase aérienne (marcher en avant, en arrière, faire l'avion, etc.), puis les exécuter: premièrement en fermant les yeux; deuxièmement en se bouchant les oreilles; troisièmement en gardant les jambes tendues.



**Matériel:** Banc suédois



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**