

Agrès – Corde: Lianes

Cet exercice sollicite les qualités de différenciation et d'équilibre. Tel Tarzan, les enfants se balancent d'une corde à l'autre.



Départ sur un caisson. Qui réussit à passer d'une corde à l'autre jusqu'au bout de la rangée?

Variantes

plus difficile

- Imposer la manière de traverser: position assise, tendue, etc.
- Placer un caisson ou un mouton à côté de chaque corde. Se balancer en zigzag d'un caisson à l'autre.

Matériel: Caissons, gros tapis, moutons

Source: Harder, C., Markmann, M. (2006) Cahier pratique «mobile» 17/2006: Agrès autrement. Macolin: Office fédéral du sport OFSPO.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO