

Acrobatie avec partenaire: Mille-pattes

Les enfants forment une chenille et essaient de parcourir la plus grande distance. Cet exercice en groupe agit sur la coopération et le rapport au contact physique.



En colonne. Les élèves saisissent les chevilles du camarade placé devant. La colonne se met en route. Quel groupe parcourt la plus grande distance sans perdre un seul élément?

Variantes

- Concours de groupe: Avancer en rythme selon le tempo de la musique.
- Défi interclasses: combien la classe réussit-elle à intégrer d'éléments dans la colonne?

plus facile

Avec les jambes écartées. La main droite est tendue vers l'avant et saisit la main gauche du camarade de devant qui l'a passée entre ses jambes. Essayer d'avancer en rythme.

plus difficile

Les élèves posent leur main gauche sur l'épaule du camarade de devant et saisissent avec l'autre main leur pied droit. Quel groupe réussit à sautiller d'une ligne à l'autre sans que la colonne ne casse?

Source: [Huber, L., Lienert, S., Müller, U. & Baumberger, J. \(2009\). Top-Spiele für den Sportunterricht. Horgen: bm-sportverlag.ch.](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO