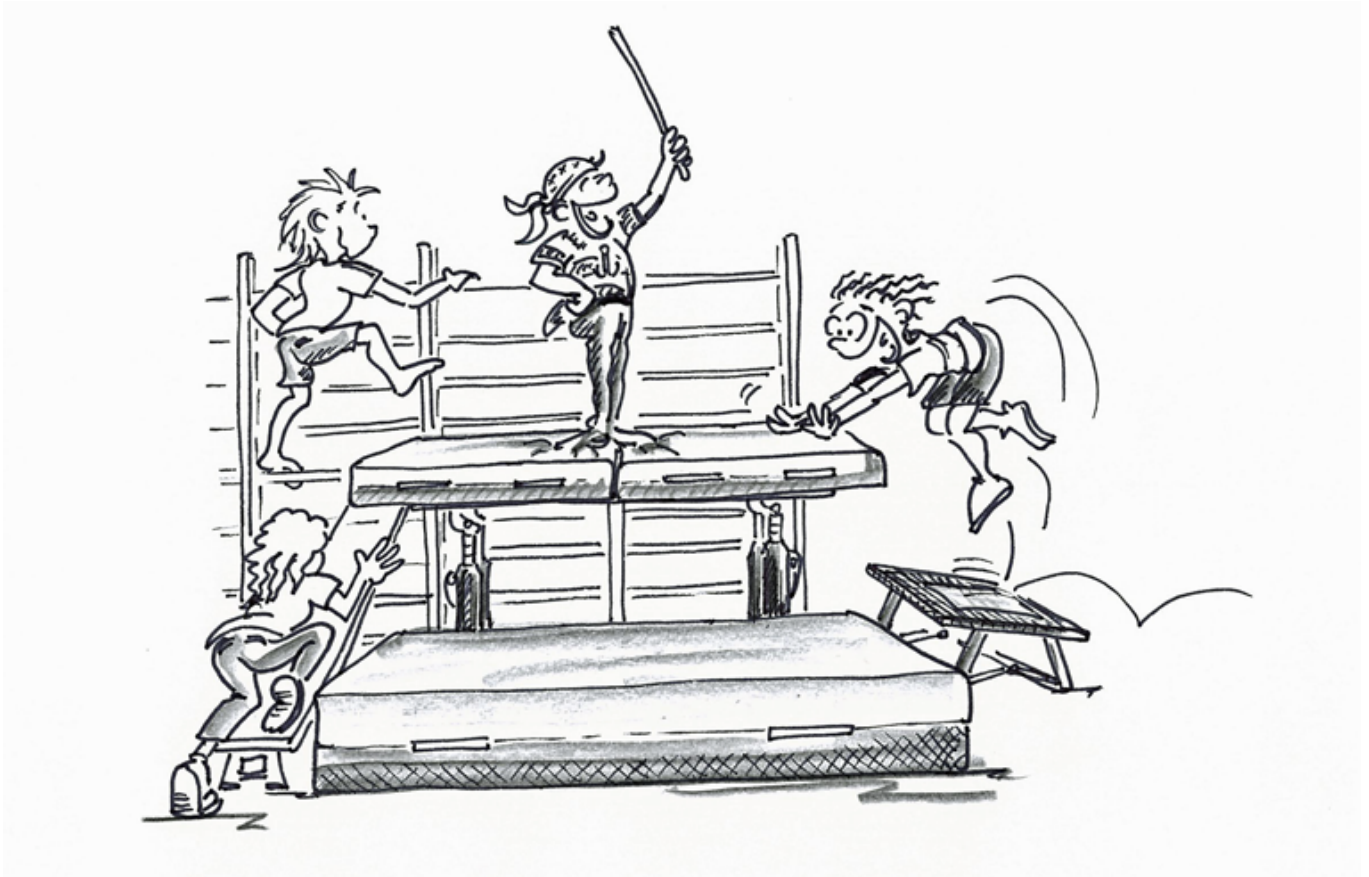


Gagner en assurance – Postes principaux: Bateau pirate

A ce poste, les élèves réussissent à accéder aux tapis perchés sur les barres, en choisissant le moyen adapté à leurs capacités, puis à sauter en contrebas sur le gros tapis.



[Dessin à télécharger](#) (pdf)

Accents: Escalader, se tenir en équilibre, sauter en contrebas, rythme, sauter au trampoline

Les élèves peuvent accéder au bateau par différents moyens:

- avec élan sur le trampoline et réception sur le gros tapis;
- en escaladant les espaliers;
- en marchant sur le banc accroché aux espaliers.

Matériel: Une paire de barres parallèles, deux tapis de 16 ou un gros tapis, un banc suédois, un espalier, un trampoline, des sangles d'arrimage

Déplacements:

- Sur un banc suédois

- Sur un trampoline
- Sur les espaliers
- Voir variantes

Eventuelles difficultés:

- Vertige
- Equilibre
- Motricité
- Rythme (lors de l'élan)
- Détente
- Courage

Sécurité: Assurer les tapis et les bancs suédois avec des sangles.

Variantes

- Retourner le banc suédois, partie étroite au-dessus.
- Placer le poste devant le mur d'escalade (au lieu de l'espalier), le banc suédois peut ainsi être fixé entre les barres et le mur d'escalade. Les élèves doivent en plus maîtriser leur équilibre en hauteur.
- Franchir une échelle.
- Intégrer les idées des élèves.

Remarque: L'enseignant peut surveiller plusieurs élèves en même temps. Il encourage et félicite les élèves.

Postes supplémentaires

- [Salto pneu](#)
- [Jardin d'équilibre](#)
- [Mur d'escalade](#)
- [Téléski](#)
- [Banc balançant](#)

Source: Miriam Rufer, enseignante primaire



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO