mobilesport.ch

Pause en mouvement - Devoirs: Gammes

Les élèves disposent de suffisamment de temps pour apprendre quelques exercices de coordination à la maison. Ils devraient arriver à maîtriser au moins le plus facile des trois degrés de difficulté. Lorsqu'ils y parviennent, on peut augmenter le degré de difficulté.

Pause en mouvement - Devoirs: Gammes (pdf)

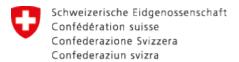








Cartes: Toutes les pauses en mouvement (pdf)



Office fédéral du sport OFSPO