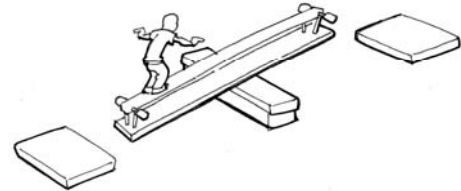




Degré	Pré-scolaire
Aspect	Compétences disciplinaires
Aspect spécifique	Se maintenir en équilibre
Compétence	Se maintenir en équilibre sur divers engins pour réaliser une tâche
Niveau B	J'effectue des déplacements variés en équilibre sur des engins



## Pont à bascule (B)

### Description de la tâche

L'enfant se maintient en équilibre sur un banc suédois retourné et transformé en pont à bascule. Il avance jusqu'à ce que le banc bascule puis continue à reculer. Même en reculant, l'enfant pose un pied derrière l'autre; glisser les pieds sur le banc n'est pas correct.

### Evaluation/Exigences

Le test est réussi lorsque les critères d'observation munis d'un astérisque\* sont remplis. Si l'enfant perd l'équilibre et touche le sol, il recommence du début. Chaque enfant dispose de 5 minutes pour effectuer l'exercice. Si l'enfant est motivé à s'exercer encore après ce laps de temps, lui en donner la possibilité.

### Critères d'observation



L'enfant...

- ...effectue au moins une traversée avec 3 pas à reculons.\*
- ...pose un pied devant l'autre en avançant.\*
- ...se tient droit.
- ...a les genoux légèrement fléchis.
- ...tend légèrement les bras de côté pour s'équilibrer.



- ...traverse le banc aussi rapidement que possible pour ne pas perdre l'équilibre.

### Consignes aux élèves

*Démonstration de l'enseignant recommandée*

«Pour cet exercice, vous devez essayer d'avancer en équilibre sur le pont à bascule comme des funambules, sans toucher le sol. Tendez les bras de chaque côté et pliez légèrement les genoux pour vous faciliter la tâche. Si vous perdez l'équilibre, recommencez simplement du début. Avancez sur le banc suédois jusqu'à ce qu'il bascule et touche le sol. Ensuite faites un demi-tour et continuez à reculons.»

### Mise en place

Un couvercle de caisson est placé transversalement exactement au milieu sous un banc suédois retourné. Un tapis est placé à chaque extrémité du banc (à 50 cm) pour permettre aux autres enfants d'attendre leur tour.

### Matériel

1 banc suédois, 1 couvercle de caisson, 2 tapis

### Source

Commission fédérale de sport (éd.). (1999). *Education physique, Manuel 2, école enfantine, degré pré-scolaire*. Berne: OFCIM. Brochure 3, p. 12.

**Aspects pratiques et indications pédagogiques**

Durée	env. 5 min. par enfant
Organisation	<p>Prévoir un écart suffisant entre les bancs suédois. Tous les enfants traversent le banc dans le même sens. Le deuxième enfant attend que le premier ait quitté le banc pour commencer.</p> <p>Les enfants qui maîtrisent déjà cet exercice passent directement au test C. Cet exercice de test peut être combiné avec le test C comme poste parmi d'autres où les enfants peuvent s'occuper de manière autonome. Cela permet d'éviter l'attente et l'exposition au regard des autres.</p>
Personnes évaluées	2 enfants par installation, 2 installations
Problèmes	<p>Les enfants ne devraient pas se presser mutuellement.</p> <p>Les enfants peu rassurés se hâtent souvent d'atteindre l'autre côté pour ne pas perdre l'équilibre! Les inviter à traverser le banc lentement (p.ex. en effectuant des pas d'oie – les pieds se touchent).</p> <p>Le banc suédois bascule 2x. une fois en position horizontale, puis vers le sol de l'autre côté du caisson. Informer les enfants en conséquence et les laisser décider à quel moment ils se retournent.</p>