

Participation à anim'athlé            classe de CP de Campigny

Équilibre dynamique :

1) Objectif : conserver un équilibre à partir d'un déplacement contraint .

Situation : disposer une bande de 10 mètres ,large d'environ 3cm au sol.

But : se déplacer un pied devant l'autre, en mettant les bras au-dessus de la tête.

Critère de réussite : je réussis si je ne dépasse pas de la ligne.

---

2) objectif : conserver un équilibre à partir d'un déplacement contraint.

Situation : disposer 5 cerceaux plats les uns derrière les autres.

But : se déplacer sur un pied en sautant dans les cerceaux.

Critère de réussite : je réussis si je ne m'arrête pas, si je ne mets pas le pied au sol.

---

3) Objectif : conserver un équilibre à partir d'un déplacement contraint.

Situation : disposer une dizaine de plots, espacés d'environ 30 cm.

But : se déplacer en marche arrière, avec les mains derrière le dos.

Critère de réussite : je réussis si je ne fais pas tomber les plots.

---

4) Objectif : conserver un équilibre à partir d'un déplacement contraint.

Situation : course du garçon de café

- disposer une dizaine de plots pour réaliser un slalom.
- mettre un bras derrière le dos.

But : tenir un frisbee à l'envers et poser dessus un gobelet rempli d'eau

Situation : je réussis si je ne renverse pas le gobelet.