

ACTIVITE PHYSIQUE 50 MINI-PARACHUTE



Intérieur



Extérieur



Petits



Grands



Famille

MATERIEL

- 1 boule de papier
- 1 tissu (drap plié, taie d'oreiller, foulard ...) sur lequel sont scotchées (ou cousues ou dessinées ...) des marques : croix, carré, rond, croissant, triangle ...

DISPOSITIF



2 joueurs face à face qui tiennent le tissu à 2 mains.
Le tissu doit toujours resté tendu, la boule de papier est placée au centre: ne pas la toucher, ne pas la faire tomber.

USEP62 - 16 rue Aristide BRIAND ARRAS
delegue.usep62@gmail.com
06 50 93 53 39

BUT DE L'ACTIVITE

1. Déplacements: se déplacer (à 2) d'avant en arrière, de droite à gauche. TOUJOURS sans toucher ni faire tomber la boule.
2. Changements de positions: se tenir debout sur 2 pieds, sur un pied, puis à genoux, assis en tailleur... TOUJOURS sans toucher ni faire tomber la boule.
3. Déplacer la boule : définir un "chemin de boule", par exemple: croix, rond, carré croix. TOUJOURS sans toucher ni faire tomber la boule.

FORME(S) DE JEU

Penser à :

- Modifier la taille du tissu.
- Tenir le tissu à 4
- Tenir le tissu d'une seule main