



AMORCE		
Niveau	Préscolaire	
	1 ^{er} cycle	
	2 ^e cycle	
	3 ^e cycle	
	Tous	✓
Matériel	Ballon sauteur	
	Sangle d'équilibre	
	Tapis de yoga	
	Mini-step	
	Corde à sauter	
	Ballon	✓
	Spikeball	
	Foulard tubulaire	
	Système de son portatif	
	Échelle souple	
	Dé géant à pochettes	
	Sans matériel	
Endroit	Intérieur	
	Extérieur	
	Tous	✓
Durée	1 à 3 minutes	
	3 à 6 minutes	
	6 à 10 minutes (et +)	✓
	Tous	
Objectif	Musculaire	
	Flexibilité	✓
	Coordination	✓
	Équilibre	
	Cardiovasculaire	✓
	Tous	
Type	Calme	
	Énergique	✓
	Tous	
Pédagogique		
Autre matériel		
DÉROULEMENT		
<p>Objectif : Être la première équipe à transporter son ballon jusqu'à l'autre extrémité du terrain.</p> <p>Mise en place : Un ballon de soccer par équipe de quatre joueurs, terrain de jeu de la grandeur d'un gymnase simple.</p> <p>Nombre de joueurs : Jusqu'à 28</p>		
<ul style="list-style-type: none"> ■ En équipe de quatre, les élèves doivent réussir à traverser un ballon de soccer d'un côté à l'autre du terrain sans le faire tomber. ■ Pour ce faire, les quatre élèves doivent tenir le ballon ensemble, mais chaque élève doit utiliser une partie différente de son corps, sauf les mains qui sont interdites. ■ Exemple : un joueur peut utiliser son épaule, l'autre son front, l'autre son ventre et finalement le dernier son genou. ■ Si le ballon tombe au sol, l'équipe doit recommencer du début. <p>La première équipe qui traverse la ligne d'arrivée gagne !</p> <p>Variante : pour les plus jeunes, on peut faire de plus petite équipe de deux ou trois personnes pour que ce soit plus facile.</p>		
NOTES		