

ACTIVITÉ BALLON SAUTEUR MUSICAL

Ballon sauteur



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 le dernier joueur à mettre la main sur un ballon sauteur (et réussir la dernière période d'équilibre!).</p> <p>Mise en place :</p> <ul style="list-style-type: none"> Placer les ballons sauteurs au centre de la pièce. S'assurer d'en avoir un de moins que le nombre de joueurs. <p>Nombre de joueurs : Jusqu'à 16</p>		
<p>■ Quand la musique joue, les élèves courent autour des ballons sauteurs.</p> <p>■ Quand la musique s'arrête, les élèves doivent aller se tenir en équilibre sur un ballon libre, sans sauter.</p> <p>■ Si un participant ne parvient pas à rester en équilibre pendant toute la durée du silence, il est éliminé et un autre joueur qui a été précédemment éliminé peut prendre sa place.</p> <p>■ Comme lorsque l'on joue à la chaise musicale, l'enseignant enlève un ballon sauteur à chaque fois et on élimine le joueur qui se retrouve sans ballon sauteur.</p> <p>Variante : Si l'on joue avec des élèves plus jeunes, on peut leur demander de se tenir en équilibre à genoux ou assis plutôt que debout.</p>		
NOTES		