

ACTIVITÉ RELAIS DES FUNAMBULES

Sangle
d'équilibre



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	
DÉROULEMENT		
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		
NOTES		

Objectif :

Être la première équipe à faire traverser tous les funambules.

Mise en place :

- La sangle d'équilibre doit être accrochée à chaque extrémité et il faut un adulte par sangle pour assurer la sécurité. Si l'on est à l'intérieur, on ajoute des tapis mousse sous les sangles d'équilibre afin de maximiser la sécurité.
- Diviser le groupe en deux équipes.

Nombre de joueurs :

Illimité

- Former 2 équipes avec le nombre d'élèves présents, qui se placent derrière leur sangle respective.
- Au signal, un élève à la fois doit traverser la sangle d'équilibre debout avec l'aide de deux camarades. *(Les 2 amis sont de chaque côté et lui tiennent la main. au besoin.)*
- Une fois traversé, le participant reste de l'autre côté et le prochain peut partir.
- Si l'élève tombe ou touche au sol, il doit recommencer au début.
- La première équipe qui a traversé tous ses funambules gagne!

Variante :

Il est possible de faire un aller-retour plutôt que simplement un aller. Il est aussi possible de se faire aider par un seul ami ou aucun, si les participants sont suffisamment habiles.