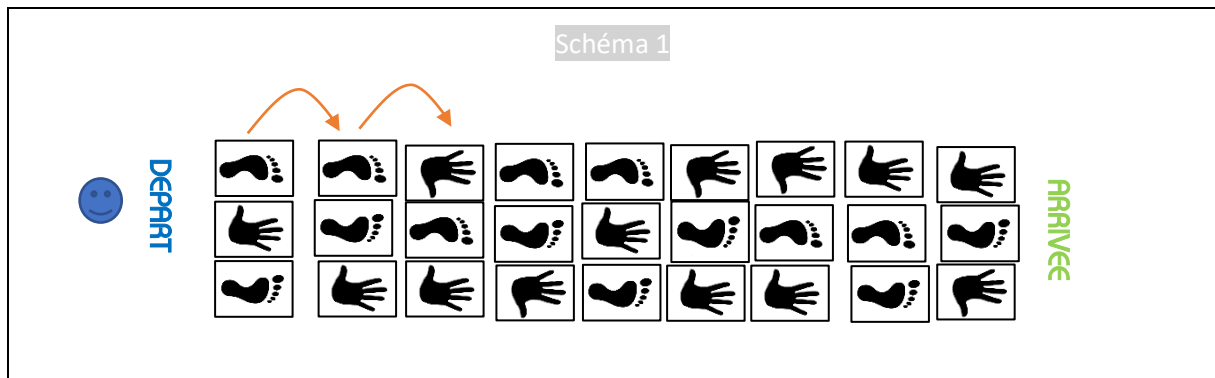


Défi n°5 : l'échelle de coordination Déplacements

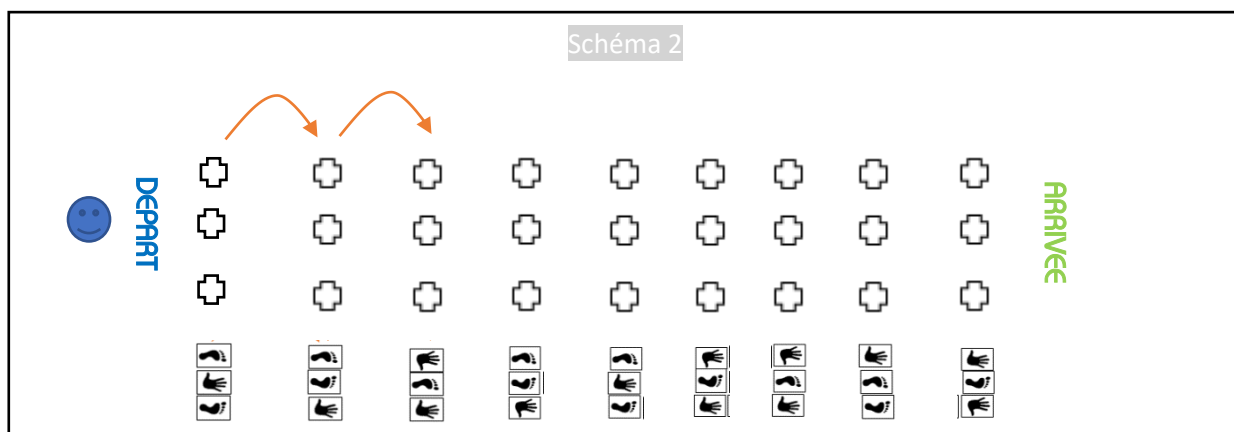
Ce qu'il faut faire

Je réalise un enchaînement d'appuis pour progresser sur l'échelle de coordination.

1^{er} temps : je découvre les appuis dessinés au sol.



2nd temps : je dispose des marques au sol pour matérialiser l'emplacement des appuis (une croix, un morceau de scotch...) ; le modèle en miniature est placé à côté.



Rôles à tenir : joueur + observateur + contrôleur + chronomètreur (si je joue en duel) + reporter (si j'ai une tablette ou un téléphone pour filmer).



ACTIVITÉ PHYSIQUE



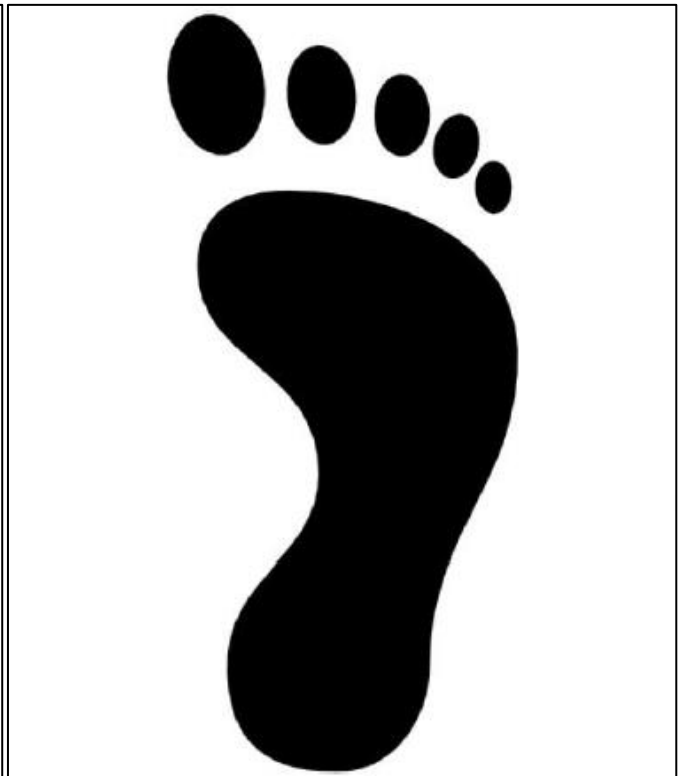
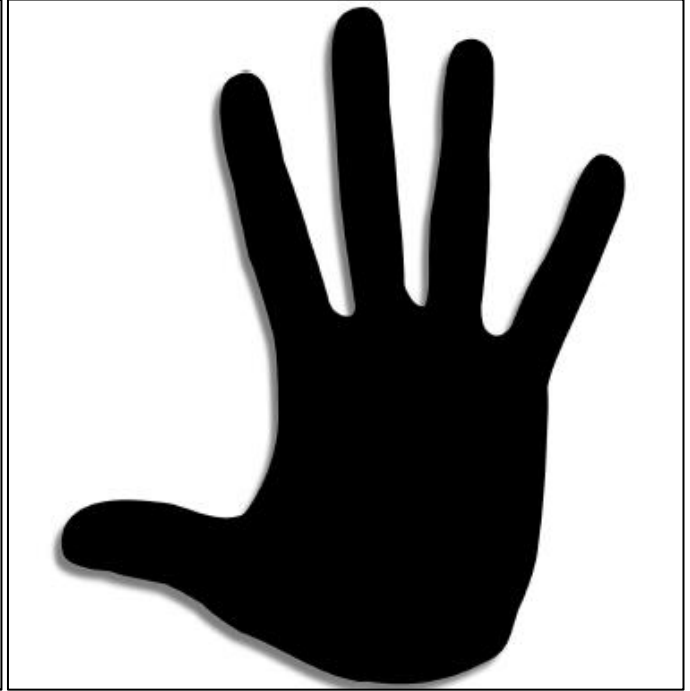
Matériel

- des empreintes de main et de pieds grand format et petit format (dessinées directement à la craie si on est dehors, dessinées sur des feuilles et scotchées au sol ou imprimées). [ANNEXE 1](#) (grande taille) + [ANNEXE 2](#) (petite taille)
- 1 chronomètre si on s'affronte

Variantes

- Chronométrer le temps du parcours et se confronter à un autre joueur.
- Mémoriser un enchaînement d'appuis pour franchir le plus de lignes possibles.

ANNEXE 1



ANNEXE 2



