



But du défi : Conserver son équilibre sur un parcours dynamique

Mets ton équilibre à l'épreuve en situation dynamique, tel un funambule se déplaçant sur une ligne imaginaire, une ligne du carrelage, une corde posée au sol, un fil de laine tendu, une ligne de terrain sportif, une ligne tracée à la craie...

Longueurs à parcourir : de 1 à 2 m pour le cycle 1, de 2 à 3 m pour le cycle 2, de 3 à 5 m pour le cycle 3

Nous te proposons plusieurs niveaux de difficulté, tu choisiras celui qui est le plus adapté à ton âge et à tes capacités, mais avec l'idée de te dépasser !

<p>1. Niveau de difficulté 1 : La traversée s'effectue en réalisant un équilibre statique, position de flamant rose, à chaque passage devant un objet posé au sol. 1 point si traversée sans perte d'équilibre 1 point bonus par position de flamant rose tenue au moins 3s</p> <p>Score : _____ point(s)</p>	
<p>2. Niveau de difficulté 2 : La traversée s'effectue en réalisant un équilibre statique, position de flamant rose, à chaque passage devant un objet posé au sol, et l'objet au sol est ramassé. 2 points si traversée sans perte d'équilibre 1 point bonus par position de flamant rose tenue au moins 3s et par objet ramassé</p> <p>Score : _____ point(s)</p>	
<p>3. Niveau de difficulté 3 : La traversée s'effectue sur une ligne discontinue, en réalisant un équilibre statique, position de flamant rose, avant chaque interruption de la ligne, puis grande enjambée ou saut pour poursuivre la traversée. 3 points si traversée sans perte d'équilibre 1 point bonus par position de flamant rose tenue au moins 3s</p> <p>Score : _____ point(s)</p>	
<p>4. Niveau de difficulté 4 : La traversée s'effectue sur une ligne discontinue, en réalisant un équilibre statique, position de flamant rose, avant chaque interruption de la ligne, puis grande enjambée ou saut pour poursuivre la traversée et en ramassant les objets au sol. 4 points si traversée sans perte d'équilibre 1 point bonus par position de flamant rose tenue au moins 3s et par objet ramassé</p> <p>Score : _____ point(s)</p>	
<p>5. Défi Bonus : Si tu réussis à refaire la traversée en marche arrière, en tenant les positions de flamant rose et en reposant les objets éventuellement ramassés, tu gagnes 5 points supplémentaires !</p> <p>Score BONUS : _____ point(s)</p>	

Score final : Score niveau (____) _____ + bonus = _____ point(s)