

Éducation physique – 4^e année

Habiletés physiques et motrices

Tâche

Circuit

Images provenant du guide d'accompagnement en éducation physique (attitude posturale, locomotion, manipulation).

1. L'élève doit prendre une position d'équilibre (ex. à genoux sur un ballon suisse) durant 3 secondes.



2. Ensuite il doit traverser la poutre (ou banc) en y franchissant les obstacles (blocs, cônes, ballon lesté, etc.).



3. Finalement il doit attraper des ballons qui lui sont lancés par l'enseignant.

