

Modes de déplacements possibles

PARCOURS

En marchant

- en avant
- en arrière
- mains dans le dos
- yeux bandés avec un camarade guide.
- Sur la pointe des pieds
- Pied contre-pied
- En crabe
- A quatre pattes en avant ou en arrière

En sautant

- sur un pied
- sur un pied en alternant pied droit, pied gauche
- pieds joints
- accroupi comme une grenouille
- en avant
- en arrière

Sur les mains : la brouette

Sur les fesses

En V inversé : fesse en l'air en avant, en arrière

En rampant sur le ventre, sur le dos

En tailleur ou recroquevillé

Accroupis pieds sous les fesses