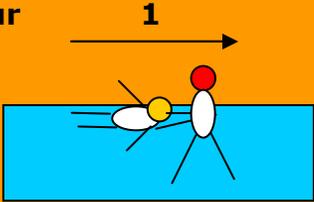
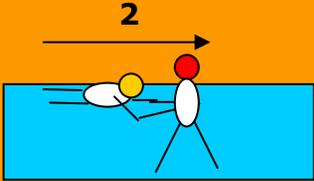


<p>Composante : S'équilibrer</p> <p>Niveau : 3</p>	<p>Comportements observés :</p> <p>Le corps ne reste pas allongé.</p>	<p>Effet recherché :</p> <p>Rechercher l'équilibre en allongement avec une aide.</p>
<p>Dispositif :</p> <p>1. Le tracteur</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;"> <p>1</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>2</p>  </div> </div>		
<p>Consigne :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Tu t'allonges sur le dos. Ton camarade te tiens par les épaules et tu te laisses tracter pour rejoindre l'autre bord de la piscine sans perdre l'équilibre. 2. Idem, mais le tracteur te tire par les mains. 		
<p>Evolutions :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Utiliser une planche pour garder l'équilibre ventral ou dorsal. 2. Varier les distances. 3. Varier la vitesse du tracteur. 	<p>A la mer :</p> <p>Possible en mer.</p>	