

Activité proposée : La Tortue

→ Aménagement :

- Plusieurs équipes de 2 personnes dont l'une sera la tortue et l'autre le renard (handicapés et valides mélangés).
- Manches de 30 secondes.

→ Mise en situation :

La tortue est à 4 pattes. Le renard est à genoux derrière elle. Au signal, il essaye de la retourner sur le dos. S'il y parvient, la tortue se remet en position pour recommencer l'action. Au bout de 30 secondes les rôles sont inversés.

→ Nombre d'encadrants :

Le nombre d'animateurs va dépendre du nombre de participants et de leur niveau de handicap. Toutefois 1 animateur pour l'atelier est nécessaire.

→ Public handicapé concerné :

- Amputés et assimilés. En fonction du niveau et du nombre d'amputations.
- Malvoyants et non voyants (accompagnés d'un guide ou non).
- Sourds et malentendants.
- Infirmités motrices cérébrales (IMC). En fonction du degré du handicap.
- Personnes de petite taille.
- Handicap mental et psychique.

→ Matériel :

- Un tatami

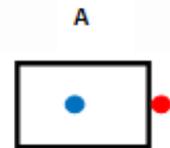


→ Aménagement :

- Plusieurs équipes de 3 personnes composées d'un arbitre et de deux judokas (handicapés et valides mélangés).
- 1 zone délimitée par 2 tapis par équipe.
- 1 ballon par équipe.
- les judokas sont à 4 pattes.
- Manches de 20 secondes.

→ Mise en situation :

Au signal, l'arbitre (A) lance le ballon au bleu qui doit le réceptionner, le rouge entre dans la zone pour prendre le ballon au bleu et s'il n'y parvient pas, sortir le bleu de la zone. De son côté, le bleu doit essayer d'aller déposer le ballon dans le camp du rouge.



Cet exercice peut se réaliser à plusieurs groupes de 2. Dans cette situation il n'y a plus d'arbitre et le ballon est à égale distance du bleu et du rouge. Au signal les judokas doivent s'approprier le ballon puis l'amener dans le camp de l'adversaire.

→ Nombre d'encadrants :

Le nombre d'animateurs va dépendre du nombre de participants et de leur niveau de handicap. Toutefois 1 animateur pour l'atelier est nécessaire.

→ Public handicapé concerné :

- Amputés et assimilés. En fonction du niveau et du nombre d'amputations.
- Malvoyants et non voyants (accompagnés d'un guide ou non).
- Sourds et malentendants.
- Infirmes moteurs cérébraux (IMC). En fonction du degré du handicap.
- Personnes de petite taille.
- Handicap mental et psychique.

→ Matériel :

- Un tatami.
- Plusieurs ballons.

