**Arts du cirque**

3-7 ans

0 à 15 min

Petit groupe (5 à 15)

# Tel un funambule

Activité d'initiation au funambulisme.

Source: Camp Géronimo

## Matériel

- Une nouille de piscine;
- Craie.

## Déroulement

### Préparation

- Tracer une ligne droite au sol OU trouver une ligne droite déjà tracée (ex. marquage dans un gymnase).

### Consignes

1. Remettre au participant la nouille à spaghetti pouvant servir de bâton d'équilibre;
2. Demander au participant de commencer à tester son équilibre en marchant de côté sur une ligne tracée au sol;

3. Ensuite, demander au participant de marcher vers  l'avant sur la ligne;
4. Puis, demander au participant de marcher à reculons sur la ligne;
5. Après un peu de pratique, proposer des mouvements variés et ludiques pour mettre au défi l'équilibre et la coordination (déplacement à cloche-pied, en tournoi sur soi-même, les yeux fermés, etc.).

## Variantes

- Ajouter des obstacles pour augmenter le niveau de difficulté du funambule.