

FICHE

ACTIVITE

Lancer de poids

Sensibiliser à la déficience visuelle

Objectifs

Être capable de se repérer en situation de déficience visuelle

Être capable de comparer les vécus en situation valide et en situation de handicap

But du jeu

Lancer le plus loin possible son poids (sac lesté)

Déroulé

Zone d'élan de 2 à 3 pas / Couloir de lancer de 3 mètres de large

6 joueurs dans chaque couloir de lancer (2 à 3 sacs lestés par joueur pour chaque série de lancers)

Passage 1 : série de lancers en situation valide

Passages suivants : série de lancers avec lunettes altérant la vision (plus ou moins fortement)

Temps de verbalisation

Consignes

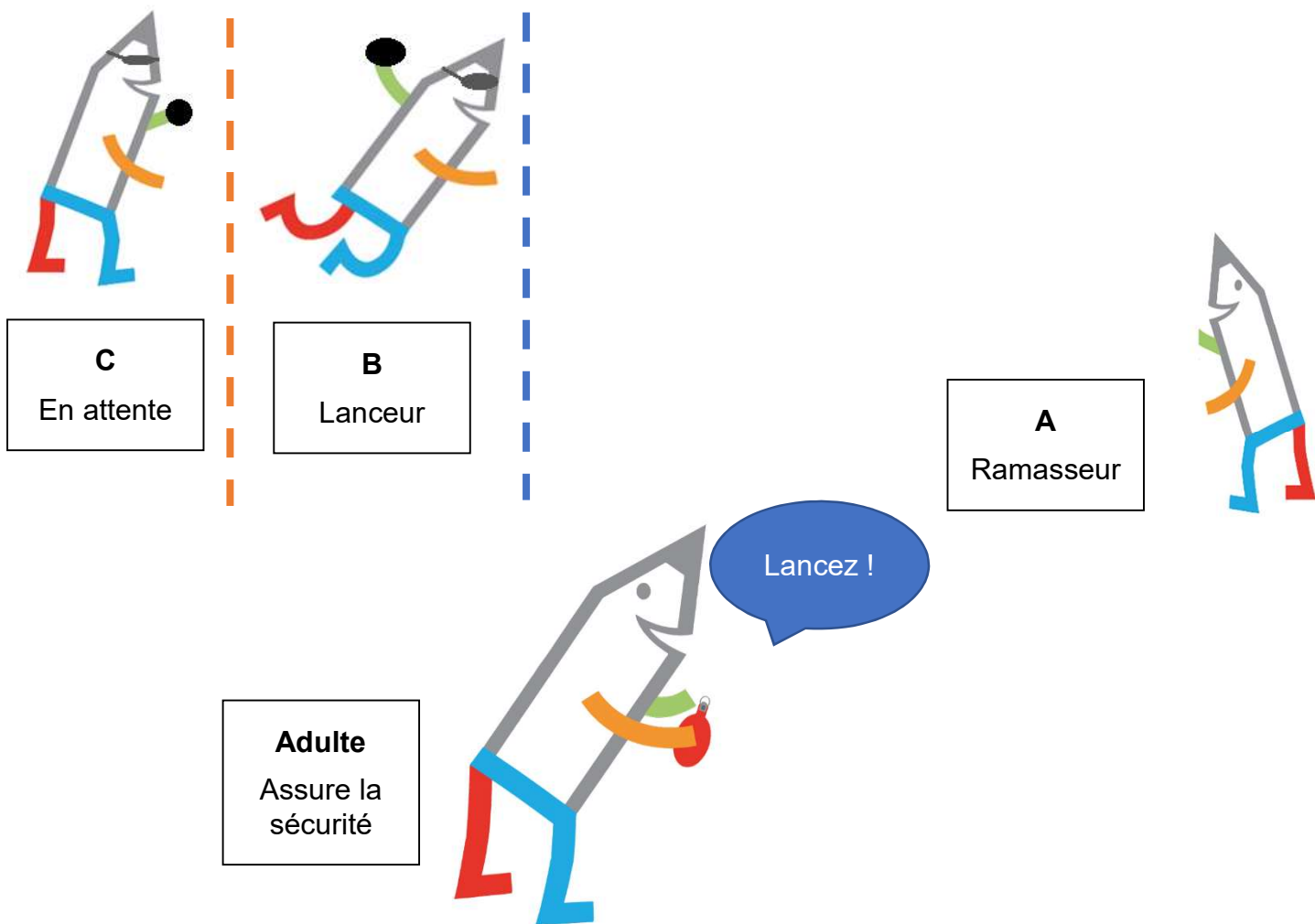
- **Le joueur A** : est ramasseur et se situe en bout de couloir. Une fois que les sacs lestés sont lancés, il revient avec.
- **Le joueur B** : est lanceur. Il lance sa série de sacs lestés.
- **Le joueur C** : est en attente. Il s'équipe et attend son tour.

rotation : A devient C / B devient A / C devient B

Rôle de l'adulte

L'adulte responsable du groupe est garant :

- De la sécurité : il donne l'autorisation de lancer quand chacun est à son poste
- Du bon fonctionnement de la rotation A-B-C
- **Du temps de verbalisation en clôture de l'atelier :**
 - ✓ Les difficultés rencontrées en situation de handicap (difficultés pour chaque handicap)
 - ✓ Les solutions mobilisées (technique de lancer adaptée...)



Vidéo de l'activité :

<https://vu.fr/bczVb>

