

Les barres parallèles

Les barres parallèles
ENBP

Equipement sur la marche.

La base d'un parcours psychomoteur est toujours constituée d'éléments liés à la marche. Ces éléments peuvent être simples comme les barres parallèles qui aideront à se redresser et à faire ses premiers pas en toute autonomie. Travail de stabilisation et de verticalisation du corps, équilibre bipodal, les yeux ouverts puis les yeux fermés. Recherche du meilleur polygone de sustentation permettant l'équilibre. Marche avec et sans appuis en avant et en arrière.



