

Patinage – En équipe: Jeu de l'atome

Exercer la capacité de réaction et la coopération sont les objectifs recherchés de cet exercice. Les élèves patinent librement puis effectuent des tâches en groupes à un signal donné.



Jeu en groupe. Tous les élèves se déplacent librement dans la patinoire. Le meneur crie un numéro entre 1 et 5. S'il annonce «3!», les élèves se regroupent le plus vite possible par groupes de 3 et se donnent la main. Les groupes font quelques tours, les épaules et le visage tournés vers l'intérieur du cercle, puis ils se séparent à niveau. Ceux qui se retrouvent sans groupe ont un gage. Répéter l'exercice au prochain numéro.

Indication: Ce jeu convient particulièrement bien pour la formation des équipes.

Variante

plus difficile

Le meneur détermine les techniques de patinage entre les phases de regroupement.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO