

# L'école du courage – Objets volants et roulants: Jeu de quilles

Les enfants aiment jouer aux quilles. Effectué avec un grand ballon, cet exercice améliore la précision des lancers.

Jeu de quilles, «bowling» selon des règles fixées par les élèves.

**Remarque:** Utiliser de préférence un grand ballon.



**Matériel:** Ballon lourd ou ballon de basket, quilles

---

Source: [Baumann, H. \(2003\). Courageux, c'est mieux!. Herzogenbuchsee: Ingold.](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**