Bonnes pratiques – Formes fondamentales de jeux: Jeux d'estafettes – Tchô

Les enfants sont capables de courir vite et de coordonner leurs déplacements et gestes.

Autres propositions de jeux d'estafettes

Deux équipes se placent face à face à une certaine distance l'une de l'autre. La première personne de chaque équipe court en direction de l'autre. Au moment où les deux personnes se rencontrent (pas nécessairement à mi-distance), elles se saluent, s'acquittent ensemble d'une tâche donnée ou se passent un objet (balle, témoin, etc.) avant de revenir à leur point de départ. De retour vers leur équipe, elles tapent dans la main de la deuxième personne puis prennent la file. L'estafette se termine lorsque toutes les personnes ont couru trois fois.

Attention: former de petites équipes pour augmenter le temps de mouvement!

Formes fondamentales de jeux: Jeux d'estafettes

plus facile

- Définir un lieu de rencontre au milieu.
- Se taper dans la main au lieu de se saluer ou de se passer un objet.

plus difficile

- Se déplacer latéralement ou à reculons, sautiller, etc. au lieu de courir.
- Choisir une autre manière de se saluer, une autre tâche ou une autre forme de relais (p. ex. tape spéciale, transmission de la balle en arrière entre les jambes, etc.).

Matériel: Balles, témoins, cônes

Source: Office fédéral du sport OFSPO (éd.)(2021): Manuel J+S Bases. (distribué lors de la formation J+S)

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO