

Course d'orientation: Train de campagne

Dans cet exercice, les élèves effectuent un parcours les yeux bandés. Puis, ils enlèvent leur bandeau et essaient de rejoindre le point de départ le plus rapidement possible.

Former des groupes. Le premier coureur de chaque équipe représente la locomotive. Derrière lui s'accrochent (par la main) les wagons qui suivent à l'aveugle (yeux bandés). Les locomotives zigzaguent entre les arbres. Au signal, les wagons enlèvent leurs bandeaux et courent aussi vite que possible au point de départ. Quelle locomotive réussit à ne perdre aucun wagon?



Variante

plus difficile

L'enseignant définit un signal codé: un coup de sifflet signifie le nord, deux le sud, trois l'est et quatre l'ouest. Les coureurs se déplacent en groupe selon les indications de l'enseignant.

Source: Cahier pratique «mobile» 52/2009, Kilian Imhof, Hans Ulrich Mutti



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO