

L'école du courage – Objets volants et roulants: Beachvolley

Les jeux de renvoi sont ouverts à tous les enfants, à condition d'adapter les règles. Dans cet exercice, c'est le volleyball qui est à l'honneur.

Lancer la balle par-dessus la corde, si possible sans qu'elle ne touche le sol.



Matériel: Ballon de baudruche, balle en plastique, en mousse ou ballon de volley, poteaux ou montants de saut en hauteur, corde

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



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO