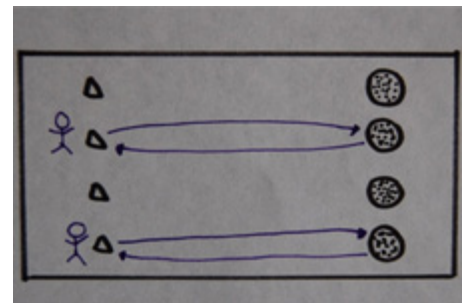


Objets du quotidien – Capsules de bouteille: Jamais le dernier!

Les élèves entraînent leur endurance sur fond de jeu de réflexion! La tête et les jambes vont de pair dans cet exercice.

Par petits groupes, les élèves se placent sur un côté de la salle. A l'opposé se trouvent 20 capsules pour chaque équipe. Les coureurs s'élancent à tour de rôle et prennent entre une et trois capsules par trajet. Celui qui prend la dernière capsule a perdu.



Variante

Les coureurs prennent à chaque fois une capsule qui servira à former une lettre décidée à l'avance. Par exemple, s'il y a cinq équipes, le premier groupe écrit un B, le second un R, puis A, V et enfin O, ce qui forme à la fin un mot que tous les enfants lisent à haute voix.

Matériel: Capsules de bouteille

Source: Franziska Wenk, étudiante à la HEP St-Gall



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO