Objets du quotidien – Ronds à bière: Iles flottantes

Dans cet exercice, les enfants tentent de s'orienter dans l'espace et de trouver le chemin le plus approprié pour rejoindre un autre point.

Avis à nos lectrices et lecteurs

Tous les exercices proposés ont été conçus pour l'enseignement de l'éducation physique ou l'entraînement. Toutefois, ceux-ci peuvent être facilement mis en œuvre à la maison avec quelques adaptations. Les enfants et les jeunes ont souvent de bonnes idées: impliquez-les dans ce processus!

Remarque: Les ronds à bière peuvent être remplacés par des rondelles de 10 cm coupées soi-même dans du carton ou du papier.

La rédaction de mobilesport.ch

Des ronds à bière jonchent le sol de la salle. Ils représentent des plaques de glace flottantes dans une mer polaire. Les ours passent d'une plaque à l'autre, toujours vers l'avant, pour rejoindre l'autre rive, en veillant à ne pas tomber dans l'eau glacée.

Variantes

- Sur les côtés de la salle sont réparties des lettres. Les enfants reconstituent différents mots – leur prénom, leur animal préféré, etc. – sans jamais mettre un pied dans l'eau glaciale.
- A chaque côté de la salle correspond une tâche: pantin, sauts de grenouille, sauts à la corde, etc.
- Le terrain est divisé en trois parties: Le terrain 1 est le départ, celui du milieu représente la mer avec les plaques de glace flottantes et le troisième terrain abrite le trésor avec ses pièces d'or (tas formé de ronds à bière). En mer se trouve un vieux pirate qui défend le passage en touchant les aventuriers qui essaient de passer d'un bloc de glace à l'autre. Celui qui est touché doit revenir au départ et retenter la traversée. Le chanceux qui réussit son périple sans encombre ramène la pièce d'or en empruntant un chemin sécurisé (marqué par des cônes) au retour. Combien de pièces les joueurs ramènent-ils en un temps donné?

plus facile

- Réduire la surface du terrain ou augmenter les îlots de glace.

Matériel: Ronds à bière

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

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO