

Santé des os: Pirate des mers

Durant cet exercice, les enfants sont constamment en mouvement. Seul un enfant peut se trouver dans un cerceau.

Disposer la moitié moins de cerceaux qu'il n'y a d'élèves. Jeu du loup normal, mais en utilisant les îles-cerceaux comme refuges pour échapper aux pirates: celui qui y stationne ne peut pas être attrapé. Dès qu'un autre enfant arrive sur l'île, le premier doit la quitter.

Des enfants sautent d'un cerceau à l'autre.

Variantes

- Les enfants se mettent par deux. Le deuxième suit le premier.
- Poser le pied sur une île tous les deux pas uniquement.

Matériel: Cerceaux



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO