

Jeux en plein air – Avec de l'eau, au bord de l'eau: Alerte à la bombe

Grâce à cet exercice, les enfants développent leur adresse et la capacité de réaction.

Tous les enfants ont un ballon rempli d'eau attaché à un pied. Ils essaient de marcher sur le ballon des autres pour le faire éclater. Qui arrive à protéger sa bombe le plus longtemps?



Variantes

- Par deux, se tenir par les épaules et essayer de faire éclater la bombe de l'autre en marchant dessus.
- Se faire des passes en cercle avec une bombe à eau sans la faire éclater.
- Amener une balle d'un point A à un point B en l'arrosant avec un tuyau.
- Le moniteur produit un serpent avec un jet d'eau. Les enfants essaient de courir d'un côté à l'autre sans se faire mordre par le serpent.

Matériel: Ballons à eau, tuyau



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO