

Jeux de mains – Sport stacking: Course contre la montre

Cet exercice améliore l'adresse et la vitesse de réalisation. Les enfants doivent construire une tour à trois sous la pression du temps.



Former des cercles de six joueurs. Chaque élève dispose de six gobelets empilés devant lui. Un renard rôde autour du cercle et touche un joueur sur l'épaule. A ce moment, il entame une course rapide autour du groupe pendant que l'élève désigné monte et démonte sa tour. Réussira-t-il avant le retour du loup? Si oui, il reste en place, si non, il prend la place du loup.

Source: Ziegler, C., Wieland, D., Hunziker, R. (2005) Cahier pratique «mobile» 21/2006: Jeux de mains. Macolin: Office fédéral du sport OFSPO..



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO