

Athlétisme – Disque: Cible

Grâce à cet exercice, les élèves apprennent à lancer en rotation avec précision.



Deux groupes essaient de comptabiliser le plus de points en lançant des pneus de vélo sur des tapis marqués avec des points (seul le contact direct avec le tapis compte). Deux essais par enfant. Les points sont cumulés. Revanche.

Matériel: Pneus de vélo, tapis, craies

Source: J+S-Kids



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO