

# Athlétisme – Perche: D'une île à l'autre

Dans cet exercice sous forme de jeu, les enfants se familiarisent avec la perche et sautent de tapis en tapis.



Sauter d'un tapis à l'autre avec la perche. La perche est toujours portée. Essayer d'abord individuellement, puis sous forme d'estafette.

**Indication:** Attention! Les perches peuvent «tourner». Maintenir une distance suffisante entre les groupes.

**Matériel:** Tapis, perches, cônes

---

Source: J+S-Kids



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**