

Jeux en plein air – Dans la neige: Glissades à gogo

Avec cet exercice, les enfants font des expériences de glisse et de dérapage et ils savourent les plaisirs de la neige et de la vitesse.



Tous les enfants apportent un sac en plastique robuste. Ils construisent une piste de bob ensemble et la testent.

Variantes

- Dévaler la piste de bob assis, à plat ventre, à genoux, debout.
- Calèche: un enfant tire un camarade assis sur un bob.
- Bob à deux.
- Qui glisse le plus loin?
- Compléter la piste de bob avec différentes constructions: slaloms, tunnels, petits trempins.

Matériel: Bobs, luges



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO