

Défi 1 : Mise en œuvre à la maison

Champ d'apprentissage : Produire une performance optimale, mesurable à une échéance donnée

Lieux : les belles journées annoncées doivent permettre d'être en extérieur si on a la chance de disposer d'une cour ou d'un jardin. Mais le salon peut permettre de mettre en place ce jeu.

Matériel :



Pour tracer la croix, si on ne peut pas dessiner sur le parquet de la maison, ou tracer à la craie dans l'herbe du jardin, on peut utiliser une ficelle ou de la laine.

Les chiffres pourront être écrits sur du papier.

Coupe avec tes ciseaux deux morceaux de ficelle de 4,40m.

Dessine un rectangle avec la première ficelle.

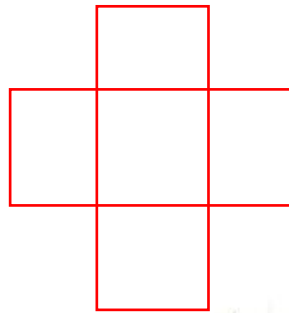
Fais de même avec la seconde ficelle et place là pour former une croix.

Ajoute les étiquettes... A toi de jouer !



40cm

1 m



But : Rebondir le plus vite possible

Descriptif : Pieds joints, tu te places sur la case centrale (0). Tu dois respecter l'**enchaînements de rebonds**

0 - 1 - 0 - 2 - 0 - 3 - 0 - 4

(A chaque fois, tu repasses par la case centrale).

Les défis :

1- Tout seul

- Enchaîner deux séries de rebonds.
- Réaliser des records avec des rebonds pieds joints ou cloche pied (droit puis gauche)
- Compter le nombre de passages par la case « 0 » sur une durée de 30''

