

COURSE DE CHENILLES

faire une course de chenilles (coordination des gestes) : chaque chenille est constituée de deux, trois ou quatre enfants (on peut varier le nombre de participants) à quatre pattes, les uns derrière les autres et tiennent les chevilles de celui qui est devant. Le premier commence à avancer et tous doivent garder le rythme pour que la chenille ne se détache pas. La chenille qui arrive entière a gagné.

faire une course de chenilles (coopération - synchronisation et coordination): la chenille est faite avec une grande bande de tissu ou de plastique fermée, les enfants sont à l'intérieur et doivent avancer ensemble sans tomber -



SOLEIL, SOLEIL !

Matériel : Un cerceau pour tracer le cercle - des craies de couleurs (vert - rouge - bleu - jaune)

But : Se déplacer en sautant sur les rayons du soleil

Descriptif : Tracer un soleil avec douze rayons de couleurs différentes. Identifier deux départs opposés.

Code couleur des sauts :

Bleu : départ

Vert : pieds joints

Rouge : cloche pied

Les défis :

1- Tout seul

- Réaliser un tour du soleil en enjambant chaque rayon
- Effectuer un tour en se déplaçant selon le code couleur

2- A deux, chacun sur un soleil

- Compter le nombre de passages par le rayon « départ / arrivée » sur une durée de 30''

3- A deux, sur le même soleil

- Chacun sur un rayon « départ ». Au signal, essayer de rattraper l'adversaire.

4- Par équipe, sur plusieurs soleils

- Réaliser, le plus rapidement possible, une série de quatre enchaînements.

