



Facile

Course d'obstacles en intérieur ou extérieur



Thème : Activité physique

Matériel :

En intérieur : coussin, balai, seau, canapé, chaise ...

En extérieur : arbre, caillou, pierres, feuilles, banc ...

But du jeu : créer son propre parcours et le terminer sans faute.

Déroulement de la partie : une fois le parcours installé, tu te lances dans le circuit en passant les obstacles les uns après les autres ... sans faute.

Tu peux augmenter le niveau de difficultés : en te chronométrant, en te lançant des défis personnels ou avec des copains, tes frères ou sœur, et même tes parents !!!

Tu peux le faire dans ta maison ou dehors dans ton jardin !!!

Souviens-toi que cela reste un jeu et que ton parcours ne doit pas présenter de danger. Le mieux est de le préparer en famille ou de demander l'avis de tes parents.

A toi de relever le défi !!!