JEU DE L'OIE

DE LA FORME !

DÉPART

TIENS 5 SECONDES SUR UN PIED

ESSAIE DE FAIRE LA BASCULE

SAUTE 10 FOIS SUR PLACE

FAIS LE PONT 10 SECONDES

RECULER DE DEUX CASES

TIENS LA PLANCHE LE PLUS LONGTEMPS POSSIBLE

ESSAIE DE FAIRE LA BASCULE

RETOUR CASE DÉPART

TIENS JAMBES FLÉCHIES ET BRAS TENDUS LE PLUS LONGTEMPS POSSIBLE

SAUTE 10 FOIS SUR PLACE

TIENS 5 SECONDES SUR UN PIED

TIENS 5 SECONDES CETTE POSITION

FAIS LE PONT 10 SECONDES

REJOUER

TOUCHE DEVANT TOI LE PLUS LOIN POSSIBLE

TIENS 10 SECONDES CETTE POSITION

TIENS JAMBES FLÉCHIES ET BRAS TENDUS LE PLUS LONGTEMPS POSSIBLE

TIENS LA PLANCHE LE PLUS LONGTEMPS POSSIBLE

TIENS 10 SECONDES CETTE POSITION

TIENS 5 SECONDES CETTE POSITION

REJOUER

TOUCHE DEVANT TOI LE PLUS LOIN POSSIBLE

RECULER D'UNE CASE

RESTE 15 SECONDES AINSI SANS BOUGER

ARRIVÉE

Séverine Haudebourg
Trame et inspiration : EPS64