

JEU DE L'OIE DE LA FORME !

DÉPART

ARRIVÉE

TOUCHE DEVANT TOI LE PLUS LOIN POSSIBLE

REJOUER

FAIS LE PONT 10 SECONDES

TIENS 5 SECONDES

TIENS 10 SECONDES CETTE POSITION

TIENS 5 SECONDES

TIENS 5 SECONDES SUR UN PIED

TIENS 5 SECONDES SUR UN PIED

TIENS JAMBES FLÉCHIES ET BRAS TENDUS LE PLUS LONGTEMPS POSSIBLE

TIENS 5 SECONDES SUR UN PIED

RESTE 15 SECONDES AINSI SANS BOUGER

REJOUER

SAUTE 10 FOIS SUR PLACE

TIENS LA PLANCHE LE PLUS LONGTEMPS POSSIBLE

TIENS 5 SECONDES CETTE POSITION

TIENS 10 SECONDES CETTE POSITION

TIENS JAMBES FLÉCHIES ET BRAS TENDUS LE PLUS LONGTEMPS POSSIBLE

TIENS 5 SECONDES SUR UN PIED

ESSAIE DE FAIRE LA BASCULE

TOUCHE DEVANT TOI LE PLUS LOIN POSSIBLE

REJOUER

SAUTE 10 FOIS SUR PLACE

TIENS 5 SECONDES SUR UN PIED

REJOUER

RETOUR CASE DÉPART

FAIS LE PONT 10 SECONDES

REJOUER

TIENS LA PLANCHE LE PLUS LONGTEMPS POSSIBLE

ESSAIE DE FAIRE LA BASCULE

Séverine Haudebourg
 Trame et inspiration : EPS64
<http://webtab.ac-bordeaux.fr/Primaire/64/EP564/>