

ACTIVITE PHYSIQUE 37

BALAI



MATERIEL

- 1 balai
- 1 chronomètre

DISPOSITIF

1 joueur tient le balai et s'assoit au sol.

BUT DE L'ACTIVITE

Le joueur en position assise agite au sol un manche à balai, de droite à gauche.
Le 2^{ème} joueur saute pieds joints par-dessus, en restant sur place, pendant 1 minute pour ne pas être touché.
Ensuite, on change les rôles.

FORME(S) DE JEU

On peut :

- Modifier la durée
- Chronométrer le temps pour effectuer 5, 10, 15 enchaînements
- Modifier les sauts : cloche-pied, passer d'un pied à l'autre