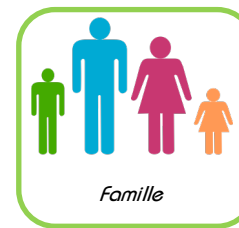
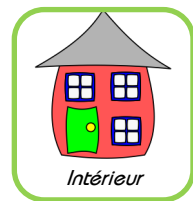


ACTIVITE PHYSIQUE 47 LE CHAUSSETT'ATHLON



MATERIEL

- 2 palets chaussettes :
 - Récupérer 2 chaussettes.
 - Pour chacune, les enrouler en commençant par la pointe 'extrémité des « orteils »)
 - Rentrer la partie roulée dans l'ouverture et ainsi, réaliser une boule

DISPOSITIF

- Installer un palet
 - Reculer de 3 mètres et identifier une ligne de départ.
- Ou inversement : choisir une ligne de carrelage comme point de départ et placer une chaussette-palet à 3 mètres*

USEP62 - 16 rue Aristide BRIAND ARRAS
delegue.usep62@gmail.com
 06 50 93 53 39

BUT DE L'ACTIVITE

Je dois faire glisser la chaussette-palet afin qu'elle touche la seconde.

Je la récupère et je recommence.

Je dois toucher, la chaussette-palet, le plus de fois possible en 30 secondes.

FORME(S) DE JEU

Penser à :

- Prendre des chaussettes-palets de taille différente
- Augmenter ou réduire la distance entre la ligne de départ et la chaussette-palet cible
- Choisir différentes façons de se déplacer pour récupérer sa chaussette-palet : sur 1 pied, en pas chassés ...
- Jouer à plusieurs :
 - Se lancer des défis : celui qui réussira à toucher la chaussette-palet cible 10 fois le premier aura gagné