



« Parcours d'obstacles »

NOMBRE DE JOUEURS : 1 à 20

MATÉRIEL :

- Différents objets pour créer un parcours (cônes, corde à danser)
- 1 ballon ou autre objet à déplacer (optionnel)

BUT DU JEU : Effectuer le parcours le plus rapidement possible.

DÉROULEMENT

- Utiliser les objets disponibles dans la boîte pour créer un parcours à obstacles comportant différents déplacements (sauter à pieds joints, courir de reculons, marcher en crabe, sauter en grenouille, divers exercices physiques comme des jumpings jacks, des push-up et des set-up, etc.)
- À tour de rôle, chacun des joueurs doit effectuer le parcours le plus rapidement possible.

VARIANTE :

- utiliser un objet à transporter pendant le parcours, comme un ballon de soccer aux pieds, une rondelle de hockey à manier avec un bâton ou une pelle comportant une petite balle.

« Obstacles race »

NUMBER OF PLAYERS: 1 to 20

MATERIAL :

- Several objects to create a path with obstacles (ropes, cones, boxes, etc.)
- 1 ball or other small object to carry (optional)

GOAL OF THE GAME: Win the race!

HOW TO PLAY

- Use your objects to create a path including obstacles to bypass or funny figures to respect (frog jumps, reverse running, pushy-ups, walking like animals, jumping jacks, etc.)
- Each player accomplishes the obstacles race as fast as possible, or teams can compete each other in a relay form.

VARIANT :

- To make it more difficult, use an object to carry along the race: soccer ball with the feet, hockey puck with a stick or a small ball in a shovel.