



Les obstacles



© Rectorat de l'académie de Créteil - Direction de la Communication / Crédit Illustrations : © Usep 94 - Jérémie Pires



Matériel

- Un sifflet
- Des plots, des haies, des cordes...
- Une craie



Organisation

- Disposer les obstacles au hasard dans la cour.



Consignes

- Courir en enjambant les obstacles.
- Faire attention à ne pas percuter ses camarades.



Variables

- Courir en évitant les obstacles : en passant à gauche, à droite de l'obstacle ; redéfinir les notions de gauche, droite, autour...
- Courir, marquer l'arrêt devant l'obstacle et repartir en arrière, en courant.

Matériel disponible dans le kit APQ

