

Curling – Formes fondamentales de jeux: En dehors de la glace – Jeux d’estafettes – Tchô

Les enfants et les jeunes expérimentent de manière ludique comment coordonner leurs déplacements avec leurs gestes et courir vite.

Deux équipes se placent face à face à une certaine distance l’une de l’autre. La première ou le premier enfant de chaque équipe court en direction de l’autre. Lorsque les deux se rencontrent (pas nécessairement à mi-distance), ils se saluent, s’acquittent ensemble d’une tâche donnée ou se passent un objet (balle, témoin, etc.) avant de revenir à leur point de départ. De retour vers leur équipe, ils tapent dans la main du ou de la deuxième enfant puis prennent la file. L’estafette se termine lorsque tout le monde a couru trois fois. Forme de petites équipes pour augmenter le temps de mouvement!

Variantes

- Effectuer sur la glace

plus facile

- Définir un lieu de rencontre au milieu
- Se taper dans la main au lieu de se saluer ou de se passer un objet

plus difficile

- Se déplacer latéralement, à reculons, en sautillant sur une jambe ou à pieds joints, etc.
- Choisir une autre manière de se saluer, une autre tâche ou une autre forme de relais (p. ex. tape spéciale, transmission de la balle en arrière entre les jambes, etc.)

Matériel: Balles, témoins, cône

Autres Contenus

- [En dehors de la glace – Jeux de combat – Combat de coqs](#)
- [Curling: Formes fondamentales de jeux](#)
- [Curling: Formes de base du mouvement](#)
- [Curling: Formes d’entraînement pour les formes caractéristiques](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO