

Le lancer de chaussettes

BUT DU DÉFI

Lancer avec précision sur les chiffres pour reproduire la combinaison..

REGLES

1	2	3
4	5	6

- Numérote des feuilles A4 de 1 à 6 et répartis-les sur le mur comme le montre le schéma ci-dessous
- Lance deux dés OU écris des nombres de 1 à 6 (plusieurs de chaque chiffre) sur des morceaux de papier et mets-les dans un chapeau ou une boîte

- Reproduis la bonne combinaison en lançant sur les cases, le plus rapidement possible
- En cas d'erreur, réalise un gage sportif : 10 montées de genoux, 10 talons-fesses, 10 secondes de gainage, etc. Tu peux aussi laisser les dés déterminer le nombre à réaliser...
- Le premier à 100 points à gagner...mais si vous vous amusez, n'hésitez pas à refaire une partie !

ATTENTION : pour ne pas abîmer le mur, utilise de la patafix ou un scotch léger. Roule des paires de chaussettes en boule pour les utiliser comme projectile.

MATÉRIEL

- Feuilles de papier
- Chaussettes
- Dés ou nombres écrits sur des papiers à piocher aléatoirement
- Scotch ou patafix

VARIABLES

- Proposer de réaliser l'opération avec 2 chiffres, 3 chiffres, 4 chiffres
- Lancer avec sa mauvaise main
- Reculer ou rapprocher la distance à la cible
- Agrandir ou réduire les cibles

POINTS

- Chaque combinaison correctement réalisée vaut 1 point.
- L'enchaînement des bonnes combinaisons augmente vos points de 2 points tous les 3 tirages réussis de façon consécutive. Par exemple, tu as tiré 12, puis 18, puis 22 et tu as réussi à chaque fois. Tu as 3 points, +2 points bonus !

N'oubliez pas : l'activité physique, c'est au moins 1h par jour pour les enfants : on fait le défi, et surtout, on n'oublie pas d'aller se promener !