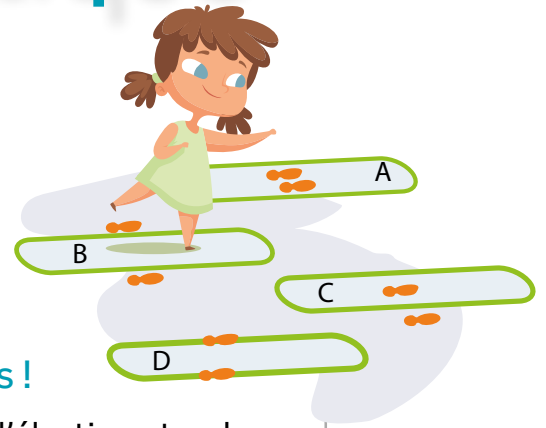


Elastic'Artistique

Prépare ton matériel

- Deux élastiques.
- 6 joueurs.



Rebondis et enchaîne les combinaisons !

- Deux groupes de deux joueurs maintiennent l'élastique tendu au niveau des chevilles, jambes écartées. Deux autres joueurs sautent de part et d'autre de l'élastique.

Règle du jeu

A six et deux élastiques tendus côte à côte

- **Réalise** un enchaînement de 4 sauts de ton choix. Ton ou ta camarade, sur l'autre élastique, reproduis à l'identique ton enchaînement. Puis à son tour, ton ou ta camarade réalise 4 sauts que tu dois reproduire. Et ainsi de suite comme des questions / réponses. Quand l'un de vous se trompe... ce n'est pas grave, mais c'est à deux autres joueurs de faire la même chose.

A six, deux équipes, sur le même élastique

- L'élastique est tenu à trois en triangle.
- Réalisez l'un après l'autre le même enchaînement ou réalisez l'un après l'autre un enchaînement différent pour vous répondre.
- Réalisez, en même temps, un enchaînement identique.

Relève les défis

Invente d'autres défis à partir de ce jeu !



Voici quelques pistes :

- Avec plusieurs élastiques
- Avec des formes géométriques différentes : en carré...
- Choisissez et réalisez ensemble, sur le même tempo, un enchaînement de sauts.

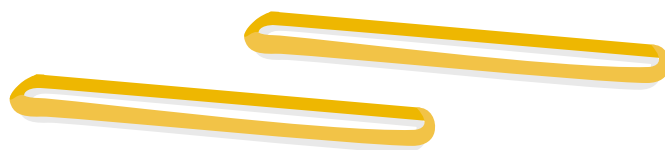


Ce n'est pas grave de ne pas toujours réussir...
l'important c'est d'essayer plusieurs fois **pour réussir !**



Le sport scolaire de l'École publique

Elastic'Artistique



As-tu pris du **plaisir** à jouer ?



Sur ta règlette des émotions, **désigne** le **visage** qui correspond le mieux à ce que **tu ressens**.