



TOUS À
L'UNISSONNE

FICHE D'ANIMATION
Courses de relais 1- ISS

**Vous êtes responsable de votre jeu, de la sécurité et de l'amusement.
Les jeunes ne peuvent pas commencer tant que toute l'équipe n'est pas présente.**

Matériel :

- De quoi matérialiser le parcours :
- Quelques plots
- Deux bancs

Règles du jeu :

Les deux équipes doivent réaliser deux parcours similaires en parallèle (slalom, ramper sous le banc, tourner plusieurs fois autour d'un plot, courir, avancer à cloche-pied)

Il faut qu'il y aie le même nombre de joueurs qui passent par équipe, si besoin un joueur peut passer plusieurs fois.

L'équipe qui a fini le relais en premier gagne des b-dures.

Imaginaire :

Les jeunes doivent montrer leurs capacités physiques, élément essentiel pour une mission réussie dans l'espace !

Moments Unisson dans le jeu :

Pour indiquer à tout le monde l'avancement du temps de jeu (signal : À DÉFINIR)

- Pour indiquer à tout le monde l'avancement du temps de jeu.
- A $\frac{1}{4}$ de la progression : DANSE : tout le monde chante le chant du rassemblement (Pré-refrain & refrain).
- A $\frac{1}{2}$ de la progression : CHANT : tout le monde danse la macarena pendant environ 30 secondes.
- Goûter (une fois le moment STOP passé).
- A $\frac{3}{4}$ de la progression : STATUE : tout le monde immobile pendant environ 30 secondes.

