

Titre : **Balle au dos relais**

Référence : fiche APQ n° 8

Lieu : extérieur, terrain plat

Durée : 30 min

Place dans l'emploi du temps : selon les besoins de la classe :

- Temps d'accueil le matin
- En fin de matinée
- Pendant la récréation

Matériel :

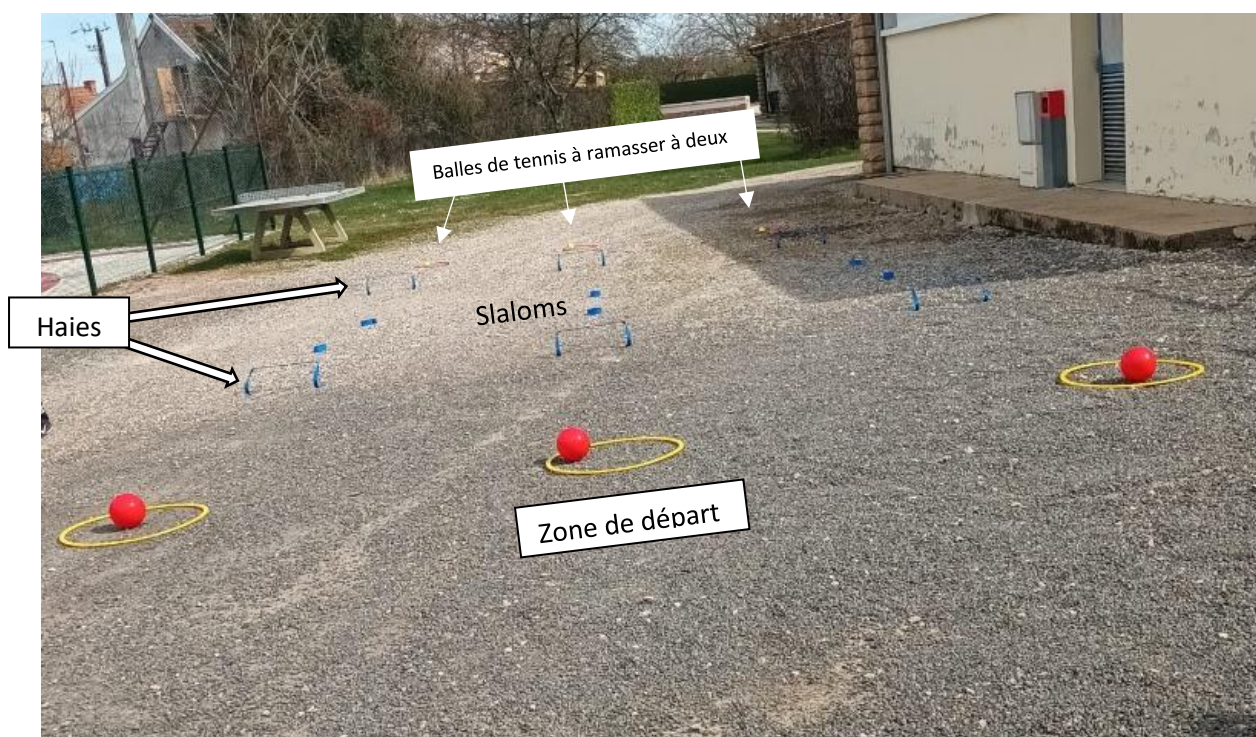
- 6 haies
- 6 plots
- 6 cerceaux
- 3 balles identiques plutôt dures.

Modalités (groupe / individuel / collectif / ...) : groupe.

Nombre de groupes à adapter en fonction de l'effectif et du matériel.

Description de l'activité :

La classe est divisée en groupes, les élèves par deux vont faire un relais (aller-retour) en se déplaçant avec une balle coincée entre leur dos en étant le plus rapide possible.



Variante(s) : commencer sans slalom, avec ou sans relais.