

Equilibre et Proprioception



premier lancer de dé	Dé	second lancer de dé
équilibre pied Gauche	1	bras croisé
équilibre pied Droit	2	mains sur la tête
sur la pointe des pieds	3	main G sur œil G
équilibre pied G + genou D levé	4	main D sur œil D
équilibre pied D + genou G levé	5	yeux fermés et bras libres
pieds sur la même ligne	6	yeux fermés et mains sur la tête

Règles du jeu :

Le plus jeune joueur commence. Il lance le dé 2 fois pour déterminer la position des jambes puis celle des bras et des yeux.

Tous les joueurs prennent la position en même temps et la maintiennent le plus longtemps possible. Celui qui tient le plus longtemps marque 1 point, le second 2 points, le 3ème 3 points, etc.

La partie se joue en 10 coups (à chacun son tour de lancer le dé) en additionnant les points. A la fin, celui qui a le moins de points cumulés gagne la partie.

En place et bon jeu à toutes et à tous !!

