

DES JEUX POUR FLOTTER

➤ LA COURSE DES PEDALOS

Un enfant court dans l'eau ; son binôme derrière lui, mains sur ses épaules et allongé sur le ventre se laisse flotter.

➤ LA LOUTRE DE MER

Par 2. L'un s'allonge sur le dos avec l'aide d'un objet flottant. Son camarade lui pose sur le ventre un autre objet...qui ne doit pas tomber. Inversement des rôles.

➤ POUSSE-POUSSE

Pousser un ballon à la surface de l'eau avec la tête (MP).

➤ AVEC LES PLANCHES OU LES FRITES

*La tenir avec les mains, les bras, derrière la tête. S'asseoir dessus...

*Se déplacer avec sur le ventre ou sur le dos, avec battements de jambes, tourner sur soi-même

*A deux, assis dessus, se déséquilibrer

*Assis dessus en ronde, tourner, changer de sens

*DEFIS : seul ou à plusieurs, rechercher la position la plus difficile, la plus drôle...Montrer aux copains

➤ TORPILLES

Faire des concours de celui qui va le plus loin :

*en partant du mur

*poussé par un copain

*en entrant la tête la 1^{ère} depuis le toboggan

On fait varier la position de la tête (fléchie, en extension, dans l'alignement) et des bras (le long du corps, allongés devant, en croix)

➤ TESTS DE FLOTTAISON

- A la verticale

Par deux, un enfant à la rigole se tient raide les bras le long du corps et un autre lui enfonce doucement la tête sans élan.

Même chose avec les bras en croix puis avec les bras au dessus de la tête et en soufflant.

- A l'horizontale

Etoiles ventrales ou dorsales pouvant être commencées avec l'aide de deux camarades. Faire varier la position des bras et des jambes pour faire remarquer qu'il est plus facile de flotter quand on a plus de surface.

En petite boule