

## Fiche animation

Titre : Défi challenge

Proposée par : Laura (Accueil ados)

- **Activités pour un enfant de :** 8-14 ans
- **Type d'activité :** activité physique et corporelle
- **Lieu :** extérieur
- **Durée :** 1h30
- **Description :** Le principe du défi challenge est de créer plusieurs challenges basés sur l'équilibre, la rapidité et la réflexion.
- **Quels intérêts pour l'enfant et le parent :** L'intérêt de cette activité est de pouvoir jouer ensemble en s'affrontant sur différents challenges.
- **Matériel nécessaire :** Une bassine avec de l'eau, un verre, plusieurs objets de même taille (petit cailloux, billes ...), des éléments se trouvant dans le jardin pour faire le parcours : rondin de bois, chaise, cerceaux, ballon, jeux pour enfants...
- **Déroulement :**
  - **Parcours relais :** créer un parcours avec des embuches : Passer sous une chaise, slalomer entre bouteille d'eau, sauter au-dessus de rondins de bois etc...  
*Ce parcours peut se réaliser en comptant le temps ou alors par deux, le vainqueur est celui qui termine le parcours en premier (conf photos ci-dessous).*
  - **Jeux de réflexion :** dans une bassine remplie d'eau, mettre un verre et remplir chacun à son tour de verre de billes ou de petits cailloux. Le premier qui fait couler le verre a perdu. Vous pouvez faire plusieurs manches et compter les points.
  - **Jeux d'équilibre :** Se mettre sur un pied en même temps. Le premier qui perd l'équilibre a perdu.
  - Vous pouvez créer d'autres challenges, par exemple chaque participant peut proposer un ou deux challenges...
- **Photos pour illustrer (page suivante)**

Exemple de parcours :

