

Le savais-tu ?

Les Jeux Olympiques

Les Jeux Olympiques sont une compétition sportive internationale. Près de 30 sports différents y sont représentés.

Ils se déroulent tous les 4 ans dans une ville différente à chaque fois. Il existe des Jeux Olympiques d'hiver et des Jeux Olympiques d'été.

En 2024, Paris accueillera les Jeux Olympiques d'été.



anneaux olympiques

Bouge-Bouge !

Le Jeu du Miroir

Nombre de participants : au moins 2

Matériel : un timer

Organisation :

A tour de rôle chaque participant propose un mouvement que le ou les autres doivent imiter (comme un miroir)
On réalise le mouvement entre 1min et 1min30.

Pour rendre le jeu plus amusant, mets de la musique !

On recommence autant de fois qu'on le souhaite.



1 cube énergie = 15 min d'activité

