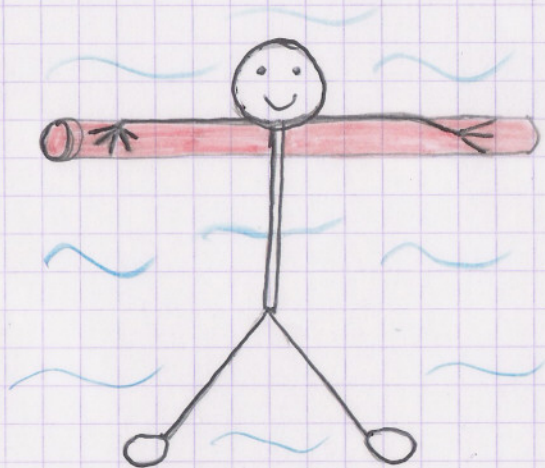


Etoiles de mer

Matériel: 1 frite par élève

Objectif: Oser s'allonger sur l'eau sans que les pieds ne touchent le fond.

Mettre la frite derrière ses épaules en la tenant avec ses mains
Ecarter les jambes après les avoir relevées.



Les tunnels

Matériel 1 frite pour 2

Objectif Evoluer dans l'eau et oser s'immerger progressivement

Les élèves sont par 2 avec 1 frite.
Ils font un tunnel avec leur frite plus ou moins haut.

Chacun leur tour, les groupes de 2 passent sous tous les autres tunnels.

