

« Aqua - épreuves »

Matériel nécessaire pour ces épreuves

Gobelets en plastique, des pailles, de l'eau, des seaux, cônes ou chaises... et des habits de rechange (signalez-le sur l'invitation et au club précédent.

Introduction

Ah, le soleil, la place, le sable fin, un parasol et la mer à perte de vue ! Quel rêve ! C'est le moment idéal pour des « aqua-épreuves » ! Mais arriveras-tu à sortir de ces épreuves sans te mouiller ? Pas sûr !



Chaque enfant pose un verre d'eau sur la tête. Pendant 1 minute, un moniteur annonce à toute vitesse : bras gauche, bras droit, jambe gauche, jambe droite ! A chaque fois, il faut soulever le membre désigné, sans faire tomber le verre.



Chaque enfant prend un verre rempli d'eau et une paille. Tous les enfants se mettent autour d'une table (faites 2 ou 3 tables si les enfants sont nombreux), posent leur verre, mettent la paille dans l'eau. Il faut faire sortir le maximum d'eau du verre en soufflant dans la paille. Au bout d'une ou deux minutes, arrêtez le jeu et désignez le gagnant.



Mettre les enfants par 2. L'un se met à 4 pattes, l'autre porte les jambes pour faire la brouette. On met alors sur le dos un petit seau d'eau (ne remplissez pas à raz bord). Il faut faire 10 fois le tour d'un point fixe (chaise ou cône) sans renverser une goutte. Vous pouvez recommencer en échangeant de rôle les deux enfants.



Faire plier le bras en l'air et poser un gobelet rempli d'eau sur le coude. Faire lever un pied. Les enfants doivent rester 1 minute dans cette position.



Formez 2 équipes égales de « pompiers » et placez-les en ligne, face à face. Le premier et le dernier pompier de chaque équipe ont un seau chacun.

Top ! Les seaux passent de main en main... Vite, vite, il y a le feu ! Le premier pompier passe son seau au deuxième qui le tend au troisième et ainsi de suite. En même temps, le seau du dernier pompier remonte vers le premier de la file. Les 2 seaux se croisent donc à un moment donné.

Attention, si un pompier renverse un seau, il doit le remplir et le seau repart d'où il est tombé ! Les seaux font un aller-retour. Quand les pompiers de départ récupèrent leurs seaux, leur équipe a gagné !