



LES COASS' SAUTS



BUT DU DÉFI

Parcourir la plus grande distance possible en faisant 3 sauts de grenouille.
 Pour comparer les distances parcourues :
 - Soit on mesure avec le double mètre
 - Soit on mesure la distance avec la bande de papier ou la ficelle

MATÉRIEL

- 1 double-mètre ou une bande de papier ou une longue ficelle
- 1 ligne de départ : trait à la craie sur le sol ou une ligne de marquage...

DISPOSITIF

Se placer dans un espace libre et sécurisé ou un couloir.

➤ [Vidéo de l'Usep 91](#)

VARIABLES

- Seul : on essaie de battre son propre record
- A plusieurs :
 - * on essaie de battre le record des autres participants,
 - * en équipe, on cumule les performances individuelles pour avoir une performance collective