

Le « **ski d'équipe** » est une activité ludique qui nécessite travail d'équipe et coordination.

Les skis mesurent 2,50 m de long et 15 cm de large. Ils sont fabriqués dans un vinyle de grande qualité, semblable à celui utilisé pour les tapis de gymnastique.

Cinq paires de cordes sont réparties équitablement sur leur longueur et solidement accrochées ; elles permettent à cinq personnes de prendre part simultanément à l'activité.

Une boucle fixée à l'extrémité de chaque ski, permet d'en assembler plusieurs l'un à la suite de l'autre et donc de multiplier d'autant le nombre de participants.

## AVANTAGES



- Les skis d'équipe contribuent au développement moteur des utilisateurs tout en favorisant le travail d'équipe et la coopération.
- Ils nécessitent la mise en mouvement simultanée et coordonnée de cinq personnes (enfants ou adultes).
- Plus légers et beaucoup plus maniables que les skis en bois, ils offrent un meilleur confort, permettent de tourner aisément et de progresser sans effort particulier.
- Ils peuvent se ranger aisément dans un petit sac facile à transporter.
- On peut les utiliser à l'intérieur mais aussi à l'extérieur, sur l'herbe.

- Le tissu est très résistant et lavable à l'eau.

## JEUX

Cinq personnes utilisent les skis d'équipe pour « voyager » d'un point à un autre. Personne ne peut mettre pied au sol pendant le parcours imposé.

### Aller-retour:

Parcourir une certaine distance en marchant en avant. Lorsque la ligne d'arrivée est franchie, l'équipe repart à reculons vers le point de départ.

### Déplacement latéral :

Le groupe se déplace de gauche à droite puis de droite à gauche, pour revenir au point de départ.

### Courses:

Formez deux équipes. Chacune des deux équipes s'entraîne séparément pendant une dizaine de minutes, afin de mettre sa technique au point.

Organisez une course et voyez laquelle des deux équipes a trouvé la technique de progression la plus performante.

### Parcours:

Mettez en place un petit parcours d'obstacles autour desquels les groupes se déplacent le plus rapidement possible.

Après quelques minutes d'entraînement, vous pouvez chronométrer chaque équipe et voir laquelle est la plus rapide.

### Bus scolaire:

Commencez le parcours avec une équipe de cinq personnes.

En cours de route, vous déposez une puis deux personnes.

A d'autres endroits, vous pouvez ramasser de nouveaux passagers comme le fait un bus scolaire.

### A l'envers:

Trois personnes d'une même équipe se placent face aux deux autres.

Si le but est d'aller vers l'avant pour les trois premiers joueurs, les deux autres devront aller en arrière pour permettre la progression dans la bonne direction. Une partie de l'équipe agit donc toujours à contre-sens du déplacement à effectuer.

### Sans poignées:

Lorsqu'une des cordes touche le sol durant l'activité, elle ne peut plus être utilisée.

Le joueur qui a perdu sa corde aura plus de difficultés à maintenir son équilibre et rendra la progression plus difficile pour tout le groupe.

### Faire voyager des balles de tennis :

Déposez des balles de tennis sur les skis. Le but est de les amener d'un point à un autre sans les perdre et sans les prendre en mains.

A l'arrivée, demander aux équipes de verser les balles dans un seau, toujours sans utiliser les mains (Il suffit de lever les jambes et de faire rouler les balles vers le bas).

## La rivière aux crocodiles:

Le groupe traverse la jungle africaine et doit franchir une rivière dans laquelle vivent des crocodiles.

Heureusement, le guide a pensé à emporter une paire de skis d'équipe afin de traverser la rivière sans encombre.

Personne ne peut mettre le pied dans la rivière. Une sanction est proposée chaque fois qu'un joueur pose le pied sur le sol :

- le joueur en faute ne peut plus parler pendant 2 minutes.
- le joueur en faute doit se retourner sur les skis et marcher en arrière.
- le joueur en faute doit progresser avec un bandeau sur les yeux pendant 2 minutes.
- le joueur en faute doit chanter pour communiquer.
- Il est également possible d'imposer une sanction commune à toute l'équipe. Elle devra effectuer par exemple, cinq pompes ou dix exercices d'abdominaux.

Il est interdit de toucher le tissu des skis avec les mains et de le tirer vers le haut.

## CONSEILS DE SÉCURITÉ

- Attention à l'effet « domino ». Encouragez le groupe à être très attentif, à se concentrer car lorsqu'une personne perd l'équilibre, elle entraîne souvent ses coéquipiers dans la chute. L'effet « domino » se produit. Tous peuvent tomber les uns après les autres.
- Apprenez au groupe à coordonner ses mouvements et à marcher ensemble. Le capitaine d'équipe ou tout le groupe compte « 1-2-3 jambe droite, 1-2-3 jambe gauche » afin que tout le monde lève en même temps, la jambe droite ou la jambe gauche.
- Le déplacement est d'autant plus difficile, que le nombre de participants augmente. Un nombre élevé de personnes nécessite une plus grande concentration et une meilleure communication pour assurer un équilibre plus difficile à conserver.
- Pour que cette activité fonctionne il faut que tout le groupe travaille sur un même rythme.