



## Défi du bâton de la FASSO

### *Activité :*

1. L'objectif est d'obtenir le plus grand nombre de rebonds en utilisant une balle ou un ballon et un bâton au choix.
2. Installe-toi à un endroit sécuritaire. Effectue trois essais pour faire rebondir une balle ou un ballon (balle de golf, balle de hockey sur gazon, balle de hockey intérieur ou autre) sur un bâton (de golf, de hockey, de hockey sur gazon ou autre). Note le nombre de fois où tu réussis à faire rebondir la balle ou le ballon sur le bâton sans que la balle ou le ballon touche le sol.
3. Une fois les trois essais terminés, sou mets le nombre de rebonds le plus élevé.
4. Fais vérifier ton résultat par l'élève responsable et l'enseignant ou entraîneur responsable.

### *Où faire cette activité?*

Choisis un endroit sécuritaire et assez dégagé pour cette activité. Éloigne-toi des zones où il y a de la circulation ou des obstacles, et où le bâton risquerait de frapper quelqu'un.

### *Ce qu'il faut :*

- Une balle ou un ballon et un bâton au choix
- Un endroit vaste et dégagé

***Note aux élèves responsables et aux enseignants ou entraîneurs :*** N'hésitez pas à modifier l'activité au besoin pour assurer la participation de toutes les personnes intéressées.

C'est simple comme tout!

La sécurité passe avant tout. Garde tes distances et assure-toi que l'activité est supervisée. N'oublie pas que plus d'élèves participent, plus vous gagnez de points!

**Le défi est lancé!**