

Défi ping-pong des bouchons (Muscler ses doigts)

Matériel :

- Deux bouchons de bouteille d'eau ou coca ou limonade

Etapas :

Ce jeu se joue à deux face à face. Il faut un bouchon plastique assez large. Assis à une table de hauteur adaptée, le dos normalement droit, les pieds au sol, l'enfant pose les avant-bras sur la table. D'une pichenette du pouce et du majeur l'enfant envoie le bouchon à son adversaire qui doit le lui retourner de la même manière. Après dix envois, on change de doigt. C'est l'index qui envoie le bouchon.

