

INTRODUCTION

Que l'on soit enfant, adolescent ou adulte, l'activité physique joue un rôle important dans notre vie. Le jeu est une activité de croissance qui permet au joueur d'apprendre et de découvrir tout en s'amusant.

Le livre **150 JEUX POUR TOUS!** nous amène dans un monde fascinant. Chaque jeu nous propose un défi stimulant qui saura plaire aux adeptes des jeux sportifs. Les 150 jeux sont décrits et illustrés de façon à ce que ce soit facile à comprendre.

Dans ce livre on retrouve des jeux qui se jouent individuellement, d'autres qui se jouent en équipe. On retrouve des jeux qui se jouent en compétition, d'autres qui se jouent en coopération. En tout temps, le joueur doit avoir un excellent esprit sportif. C'est un critère primordial qui aide le joueur à bien se développer.

Prenons le temps de jouer! Sourire et avoir du plaisir sont de bonnes habitudes à intégrer à notre vie!