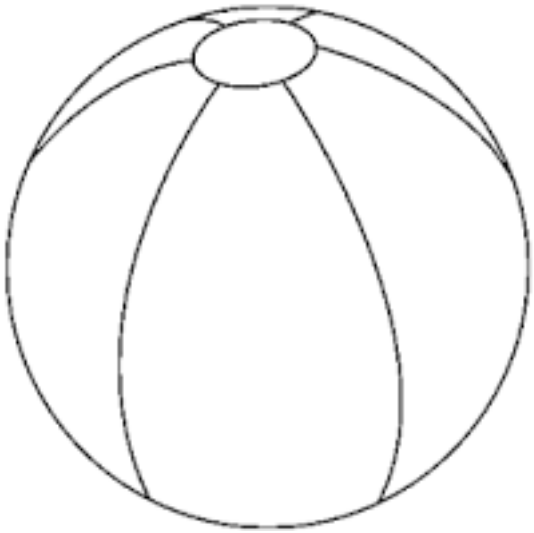
ANIMATION EP

1-2 P



LES BALLONS DE PLAGE

1) Le loup.

3-4 E avec ballons de plage poursuivent les camarades en roulant les ballons. Touché = prendre le ballon de plage et poursuivre.

2) Estafettes.

- E en colonnes. Tour à tour, rouler le ballon jusqu'à la paroi, lancer contre la paroi, rattraper (si possible sans que le ballon ne touche le sol).

- Idem, mais on roule le ballon par 2. 1 des 2 lance le ballon, l'autre rattrape et le retour se fait en portant à 2 le ballon.

- Chaque E a une petite balle (légère). Faire avancer le ballon de plage afin qu'il touche la paroi en le visant.

3) Sur le cercle.

- Faire le plus de tours possibles en roulant le ballon. Puis on ajoute un, des ballons.

4) Le couloir.

- 2 équipes sont disposées sur 2 lignes avec des balles mousse. La troisième équipe essaie de traverser le couloir en roulant les ballons de plage sans se faire toucher par les balles mousse.

5) En l'air.

- Par groupes de 4-5 E, on essaie de maintenir le ballon en l'air en le tapant. Quelle équipe tient le plus longtemps ?

6) Petit parcours.

- On crée un petit parcours (slalom, obstacles à enjamber, passer sous un cordeau...). Faire le parcours en tenant à 4 ou 5 le ballon.

CBB Janvier 2015