

4^{ème} année : Evaluation no 9 : J'ai réussi à dribbler

Réf. Fiches 64, 66 / Brochure 5 p.10-11-15

1. Technique de base

Sur Place :

– **Dribbler** à 2 mains, 1 main. **S'arrêter** au signal auditif ou visuel.

En déplacement :

– **Dribbler** : seul, **s'arrêter** au signal auditif ou visuel (obliger l'élève à quitter les yeux du ballon), échanger son ballon au signal auditif ou visuel ; dessiner une figure, un animal.

– Utiliser main droite et main gauche. Marcher, sautiller, courir. Avant, Arrière, de côté. Taper dans la main du camarade qu'on croise, slalomer autour de piquets, cônes, parcours.

– idem en se suivant par 2, 3, 4.

En miroir :

– **Dribbler** en miroir, toute la classe face à la maîtresse, par petits groupes, par 2 face à face.

– Par gr de 2, 3, 4, **dribbler** en respectant un rythme et échanger tous les 4 temps par ex.

Orientation :

– **Dribbler**, au signal poser son ballon, en prendre un autre ou aller se placer vers un cône ou un cerceau placé dans la salle (chercher une place), toucher 1 – 4 parois et reprendre un ballon.

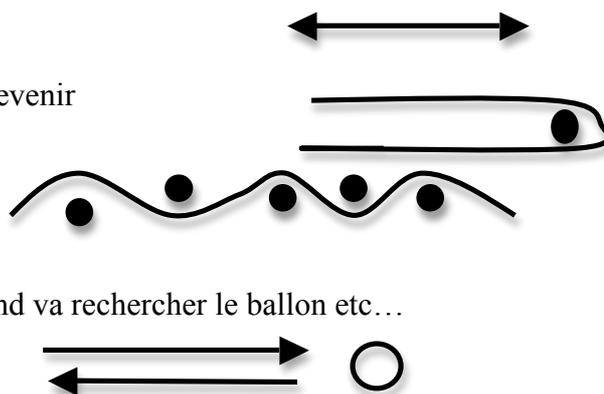
2. Estafettes Dribble

– Dribbler aller – retour

– Dribbler tourner autour d'un piquet ou cône et revenir

– Slalom (changement de mains)

– le premier va poser un ballon en dribble, le second va rechercher le ballon etc...

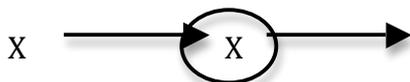


3. Jeux :

– **Poursuite : Dribbler** dans une surface donnée réduite. 2 – 4 chasseurs dribblent également et essaient de toucher leurs camarades avec la main libre. Touché : cloué sur place, jambes écartées - bras levés. Pour sauver un camarade, passer son ballon entre ses jambes.

– « **L'homme en noir** » en dribblant ; chasseurs avec ou sans ballon.

– **Chercher une place** : Dribbler ; si on est poursuivi, on peut se placer dans un cerceau libre. Pour éviter que l'élève reste dans un cerceau, on peut chasser un élève du cerceau en prenant sa place. Une place par cerceau.



– **Les traversées** : Fiche 66, traverser en dribblant sans se faire toucher par les tireurs...

