

## Frisbee (Adapter avec diverses sortes de balles)

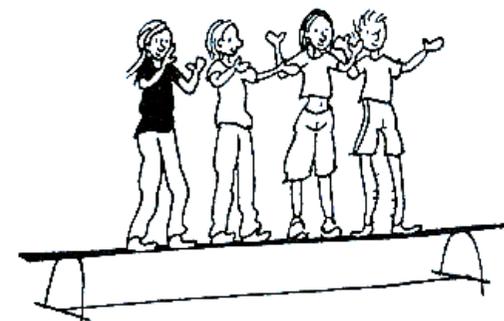
4 équipes.

4 frisbees (balles) sont disposés au milieu de la salle.

Toutes les équipes ont disposé un banc de travers dans leur coin de la salle. Elles sont debout sur le banc et regardent le milieu de la salle.

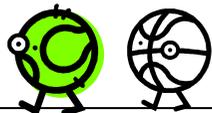
Au signal de départ, la personne à gauche court au milieu de la salle, prend le frisbee (la balle) de son équipe et le (la) lance à son équipe depuis la ligne du centre.

Si personne n'arrive à l'attraper, tous les membres de l'équipe, y compris le lanceur, doivent, en guise de gage, faire le tour du banc en courant avant de remonter sur celui-ci. A l'exception du lanceur, qui vient se placer à la droite de ses coéquipiers, les autres se déplacent d'une position vers la gauche. C'est maintenant au tour de la personne suivante le plus à gauche. Elle prend le frisbee et le lance à son équipe à partir de la ligne de cercle. S'il est attrapé, cela vaut un point, crié à voix haute par le groupe. Les joueurs du banc se décalent d'une position vers la gauche, le lanceur prend la place en queue de banc et c'est à la personne la plus à gauche d'entrer en jeu, etc.



- Buts :
- exercer le lancer
  - rivaliser avec les autres équipes



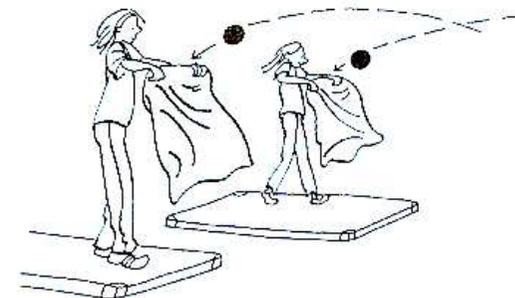


## Ballon dans le sac

3/3 : Les enfants essaient de lancer des ballons à un coéquipier qui est sur un tapis, de façon à ce qu'il puisse l'attraper dans un sac en plastique. Quel groupe attrapera le plus grand nombre de ballons en l'espace de 2 minutes ?

Règles : celui qui attrape les ballons doit toujours avoir un pied sur le tapis et ne peut attraper que les ballons en vol (c-à-d avant que le ballon n'ait touché le sol). Un coéquipier renvoie la balle en la faisant rouler.

- Variantes :
- changer la sorte de balles
  - à chaque tir réussi, l'élève recule d'un pas

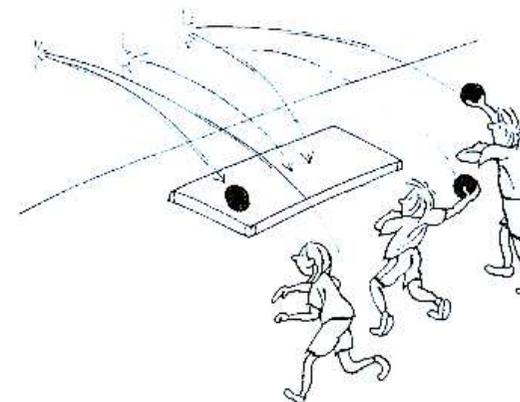


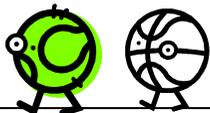
## Rebond sur paroi

Chaque équipe pose son tapis au sol à au moins trois mètres d'une paroi. Il s'agit de lancer la balle contre la paroi de telle manière qu'elle vienne rebondir sur le tapis.

Quelle équipe parviendra à remporter le plus grand nombre de buts en l'espace de 2 minutes ?

- Buts :
- exercer le tir au but
  - s'engager pour son équipe



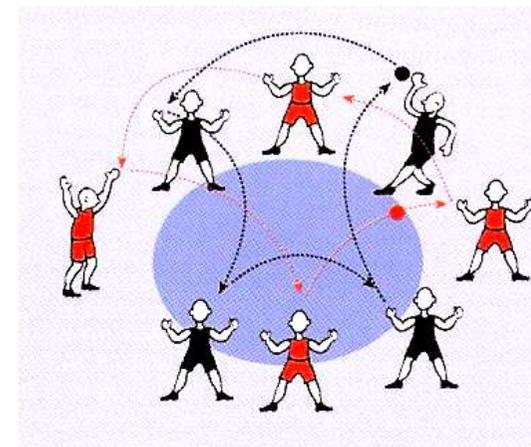


## Dépassement de ballon

Les enfants se tiennent autour du cercle du milieu et sont numérotés par deux. Les no. 1 se passent le premier ballon et les no. 2 le deuxième. Quel ballon dépassera l'autre ?

Variantes :

- au signal acoustique/visuel, changer la direction du ballon
- les passes s'effectuent des deux mains ou au sol
- chaque joueur suit sa passe et prend la place de son prochain coéquipier. Pour éviter qu'une position reste inoccupée, deux joueurs de chaque équipe sont au point de départ lorsque le jeu commence
- la classe invente ses propres règles



## Balle interceptée en cercle

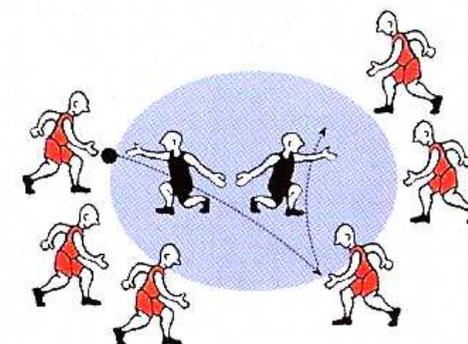
6-8 enfants se déplacent autour d'un cercle (par ex. cercle de basket) et se passent la balle en la faisant rouler. 1-3 joueurs situés à l'intérieur du cercle essaient d'attraper la balle. Le joueur qui y parvient change de position avec celui ayant fait la passe.

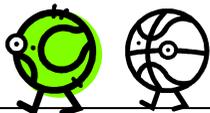
Variante :

- faire rebondir la balle au sol par un jeu de passes ou effectuer les passes avec le pied/une canne

Buts :

- savoir faire des passes et attraper le ballon
- améliorer sa coordination





Jeux

de



balles

Source :  
Le top 100 des jeux  
Urs Müller, Jürg Baumberger  
bm-sportverlag.ch