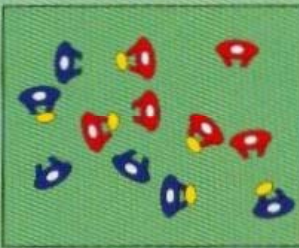
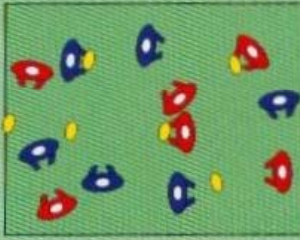
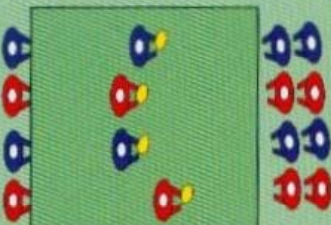


N°	BUT	DISPOSITIF	LANCEMENT	CONSIGNES	VARIABLES
<b>LES FOURMIS</b>					
E1	Courir et passer le ballon	<p>2 équipes de 6 à 10 joueurs. Maillots de 2 couleurs différentes. Terrain 10x10, 15x15. Ballons</p> 	<p>Les deux équipes trottaient en occupant tout l'espace</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Passe à un joueur lorsqu'il le croise, sans distinction d'équipe</li> <li>- Ne pas se toucher</li> <li>- Se regarder dans les yeux au moment de la passe, puis regarder le ballon</li> <li>- Tendre les bras pour recevoir le ballon en ouvrant les mains (cible)</li> <li>- Passer le ballon à hauteur des hanches de son partenaire</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Nombre de ballons de plus en plus important.</li> <li>- Espace de jeu plus ou moins grand.</li> <li>- Passe à un partenaire ayant la même couleur de maillot.</li> <li>- Passe à un partenaire ayant une couleur de maillot différente.</li> </ul>
<b>RAMASSE BALLON</b>					
E2	Courir et passer le ballon	<p>2 équipes de 6 à 10 joueurs. Maillots de 2 couleurs différentes. Terrain 10x10, 15x15. Ballons (1 pour 2 à 1 pour 3)</p> 	<p>Les deux équipes trottaient en occupant tout l'espace</p>	<p>Au départ les ballons sont posés au sol. Au signal, dès qu'un joueur arrive devant il le ramasse puis le repose. Ne pas se toucher</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Nombre de ballons de plus en plus important</li> <li>- Espace de jeu plus ou moins grand</li> <li>- Réaliser un lancer en l'air avant de le poser</li> <li>- Passer le ballon à un partenaire de son équipe, de l'équipe adverse qui le pose à terre</li> </ul>
<b>LA COURSE EN RELAIS</b>					
E3	Courir et passer le ballon à un partenaire à l'arrêt (relais)	<p>Équipe de 4 joueurs. 2 Joueurs de chaque côté. 1 ballon</p> 	<p>Les équipes sont à l'arrêt. Au signal, le porteur de la balle court la donner à son partenaire en face et ainsi de suite.</p>	<p>Ne pas partir avant d'avoir la balle dans les mains. Ne pas faire des équipes de plus de 4 joueurs. Effectuer l'exercice dans un temps donné (en fonction de l'âge de l'enfant)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Poser la balle au sol à chaque passage.</li> <li>- Passer la balle à son partenaire.</li> <li>- Augmenter la distance.</li> <li>- Courir en tenant la balle de différentes façons (à 2 mains, d'une main)</li> <li>- Arrivé à 5 m du partenaire faire la passe au pied</li> </ul>