

# Petits jeux de ballons: Festival de dribbles

Les élèves découvrent les propriétés du ballon au cours de cet exercice. Ils se déplacent dans la salle en dribblant.

Debout, à genoux ou assis, les élèves se déplacent librement dans la salle en faisant rebondir différents ballons avec une ou deux mains.



## Variantes

- Lorsque deux élèves se rencontrent dans la salle, ils échangent leur ballon.
- Lorsque deux élèves se rencontrent dans la salle, ils imitent le mode de dribble de leur camarade (au ralenti, à une main, à deux mains, etc.).
- Ballon posé sur le sol, les élèves essaient de le faire rebondir et de trouver rapidement le bon rythme de dribble.

## plus difficile

- Idem, mais avec deux ballons de dimensions différentes.

**Matériel:** Max. 2 ballons de dimensions différentes par élève

Source: [Owassapian, D. \(2010\). Spielen lernen - Spielfächer Basic: Ingold Verlag](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO