Jouer – Jeux de renvoi: Par-dessus la corde

Avec ce jeu, les enfants s'exercent à lancer et à attraper un ballon. Ils apprennent également à reconnaître le positionnement et les déplacements des adversaires et à réagir en conséquence.

Former des équipes de joueurs qui se font face. Le terrain est divisé en deux par une corde tendue à une hauteur pouvant être atteinte par les enfants. Les équipes se renvoient le ballon avec pour objectif de le faire rebondir sur le sol adverse.

Celle qui y parvient reçoit un point. Si le ballon sort des limites du terrain ou passe au-dessous de la corde, l'équipe adverse reçoit un point

Variantes

- Varier le matériel: ballon de waterpolo, de gymnastique, balle de tennis, etc.
- Varier la hauteur du dilet (plus haut: plus difficile pour le lancer, plus facile pour la réception).
- Varier le nombre de coéquipiers.
- Adapter les dimensions du terrain en cas de nombre impair de joueurs.
- Adapter le matériel aux différents jeux.
- Exécuter une tâche supplémentaire après chaque contact avec le ballon: toucher la ligne de fond avec le pied, toucher un mur, se coucher et se relever, courir en direction d'un piquet et revenir, etc.

plus facile

- Par équipe de deux joueurs: effectuer le plus de passes possibles par-dessus la corde, sans que le ballon touche le sol.

plus difficile

- Avec différents objets simultanément.
- En cours de jeu, chaque équipe dispose en plus d'un ballon de baudruche qu'elle doit maintenir en l'air dans son propre camp. S'il touche le sol, l'équipe adverse reçoit un point.

Matériel: Ballon de volleyball, corde

Source: Corina Wilhelm, J+S-Kindersport

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO