

Kin-Ball: Criss cross

L'objectif de cet exercice est le contrôle du ballon et les passes en mouvement. Selon un schéma bien précis, les élèves se passent le ballon les uns aux autres.

Former trois colonnes. Ballon au milieu. Le joueur 2 fait la passe à droite au joueur 1 et suit son ballon en se déplaçant à droite par derrière le joueur 1 qui, lui, se déplace au centre. Ballon au milieu: le joueur 1 fait la passe à gauche au joueur 3 et suit le ballon en se déplaçant à gauche par derrière le joueur 3 qui se déplace au centre. Ballon au milieu: le joueur 3 fait la passe à droite au joueur 2 et suit le ballon en se déplaçant à droite par derrière le joueur 2 qui se déplace au centre, etc.



Source: Cahier pratique «mobile» 69/2010, Daniel de Martini, Martin Barrette, Davide Maurer, Zoe Marci



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO