

Poull Ball: Un moyen d'apprendre par le plaisir

Le Poull Ball n'est pas seulement innovant et bon pour la santé, il est aussi un moyen privilégié pour développer la coopération socio-motrice, le vivre ensemble et les valeurs éducatives de base.



Compétences sociales

- Participer activement à la construction d'une réalisation commune
 - Respecter des règles convenues dans l'intérêt du groupe
 - Adapter ses stratégies en fonction du but à atteindre
 - Interagir positivement avec ses partenaires et adversaires
- Apprendre à collaborer
 - Accepter de perdre
 - Savoir gagner

Compétences personnelles

- Etre activement responsable de sa condition physique, de sa santé et de son bien-être
- Développer l'autonomie, l'estime de soi, la prise de décisions

Aspects psychomoteurs

- Améliorer la connaissance de son corps
- Réduire l'inhibition
- Renforcer le contrôle de soi
- Améliorer la vision du jeu et la perception des trajectoires

Aspects physiques

- Améliorer l'endurance, la vitesse, la force et la mobilité

Aspects psychologiques

- Développer la persévérance, le goût de l'effort et une combativité positive (intense mais non-violente)

Source: François Poull, inventeur du Poull Ball et enseignant d'éducation physique à l'Institut Saint-Joseph de Trois-Ponts (Belgique)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO