Smolball: Bases techniques

Cette séquence d'enseignement montre comment on peut, avec peu de matériel, acquérir et consolider les techniques de base du jeu de manière ludique.

Conditions cadre

- Durée: 90 minutes
- Tranche d'âge: 11-20 ans
- Degrés scolaires: secondaire I et II
- Niveaux de progression: débutants et avancés
- Niveaux d'apprentissage: acquérir et appliquer

Objectifs d'apprentissage

- Être capable de contrôler la balle.
- Jouer la balle de manière précise.

Remarques: Les temps indiqués pour les exercices ou les jeux peuvent être modulés selon le niveau et la dynamique du groupe. Les exercices peuvent aussi être aménagés sous forme de tournois ou de petits concours.

Leçon: Bases techniques (pdf)

Source: Mischa Stillhart, enseignant à la HEFSM de Macolin et au BWZ de Rapperswil

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO