

Objets du quotidien – Journaux: Enfant de la balle

Lancer, attraper, viser: telles sont les activités proposées dans cet exercice qui exige de bonnes qualités de réaction, de différenciation et d'agilité.

Chaque groupe de quatre enfants (deux tandems) reçoit une page de journal avec un trou au milieu ainsi qu'une boule formée en froissant une autre page du journal.

Le tandem A se promène dans le terrain en tenant verticalement la feuille trouée au-dessus de la tête (attention à ne pas la déchirer). Le tandem B essaie de récolter le plus de points possibles en visant le trou à l'aide de la boule de papier. Prévoir un petit terrain de jeu.



Variantes

- Former un petit entonnoir avec le journal. Les enfants se déplacent et visent la cible, en alternant les rôles après un nombre donné de passes. Vu la légèreté du matériel, la capacité de différenciation se trouve fortement sollicitée.

plus facile

- Le tandem A tient le journal horizontalement à hauteur de hanches. Le tandem B vise la cible. Si les essais sont réussis, le premier tandem se met lentement en mouvement.
- Le tandem A tient le journal verticalement contre le mur. Les deux autres enfants visent la cible en variant les distances.

plus difficile

- Le tandem A, à l'arrêt, tient le journal verticalement au-dessus de la tête. Les lanceurs se font des passes à travers la cible. Qui réussit un nombre donné de passes sans faire tomber la boule de papier?

Indications: Le journal doit être tenu soit verticalement, soit horizontalement, mais pas entre les deux. Le groupe qui tient la cible se déplace lentement.

Matériel: Journaux

Source: Franziska Wenk, étudiante à la HEP St-Gall



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO