

# Petits agrès – Cerceaux: Dribble en stock

Dans cet exercice, les enfants effectuent un parcours en dribblant. Ils améliorent ainsi la coordination et la concentration.

Placer des cerceaux à des intervalles réguliers. Les élèves courent en dribblant. Quand ils arrivent dans le premier, ils dribblent 1 ×, dans le second 2 ×, etc.



## Variante

Les coéquipiers se passent les ballons via le cerceau et se déplacent d'un cran vers la droite après chaque passe réussie.

---

Source: Cahier pratique «mobile» 29/2007, Mariella Markmann, Claudia Harder



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO