

Netzball – Observer: Persona non grata

Cet exercice entraîne de manière intensive l'observation mutuelle.

Le jeu se déroule normalement, à une exception près: dès le début du match, chaque joueuse choisit une adversaire à qui elle ne devra jamais lancer le ballon sous peine de recevoir un point de pénalité. Quelle joueuse termine la partie avec le moins de fautes?

Remarque: Avant le début du match, les joueuses s'attribuent chacune une adversaire différente.



Variantes

- Les points de pénalité sont retranchés des points marqués pour établir le score final.
- Celle qui découvre «son adversaire directe» peut essayer d'attraper ses ballons afin d'infliger des points de pénalité.

Source: Barbara Seiler, enseignante d'éducation physique, experte esa Jeux de balle, experte J+S Gymnastique



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO