

Kin-Ball: Chasseur de planète

Cet exercice est idéal pour introduire le Kin-Ball. Les élèves doivent anticiper la trajectoire de la balle et réagir rapidement. Une bonne collaboration est requise.

Les joueurs forment un grand cercle extérieur et un plus petit à l'intérieur. Ils constituent ainsi un couloir dans lequel un joueur (le chasseur) et le ballon de Kin-Ball (la planète) circulent. Les joueurs formant les deux cercles se font face à une distance d'environ deux mètres et campent sur leur position. Ils font circuler (rouler) la planète dans un sens ou l'autre de façon à ce que le chasseur, qui poursuit la planète, ne puisse pas la toucher.



Variantes

- Inverser les rôles: le ballon (la planète) poursuit le joueur.
- Les joueurs formant les deux cercles doivent se passer le ballon en l'air au lieu de le rouler.

Source: Cahier pratique «mobile» 69/2010, Daniel de Martini, Martin Barrette, Davide Maurer, Zoe Marci



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO