

Balle au poing – Passe: Foire aux jeux

Améliorer la qualité de la passe est l'objectif de cet exercice. Les enfants additionnent le nombre de points obtenus après avoir transité par les sept postes.



Organiser plusieurs exercices. Dix essais par poste (5 × avec le bras gauche, 5 × avec le bras droit). Lancer la balle haut et la renvoyer après un rebond. Quel enfant comptabilise le plus de points?

- **Poste 1:** Jouer une balle en direction d'un carré collé contre un mur.
- **Poste 2:** Viser certaines marches d'un escalier. Marches 1 à 3: aucun point. Marches 4 à 6: un point. Marches 7 et plus: aucun point.
- **Poste 3:** Jouer la balle dans/en direction du panier de basketball (en position basse si possible). Planche: un point. Cercle: deux points. Panier: trois points.
- **Poste 4:** Jouer la balle entre les barres parallèles réglées à la même hauteur.
- **Poste 5:** Former un carré aux anneaux (p.ex. avec un piquet posé en travers des anneaux et un sautoir fixé aux cordes). Faire passer la balle dans ce carré.
- **Poste 6:** Accrocher un cerceau à une paire d'anneaux. Faire passer la balle dans ce cerceau.
- **Poste 7:** Toucher un caisson: un point. Envoyer la balle dans le caisson: deux points.

Matériel: Panier de basketball, barres parallèles, anneaux, piquets, cerceau, caisson

Source: Cahier pratique «mobile» 54/2008, Simone Pfenninger