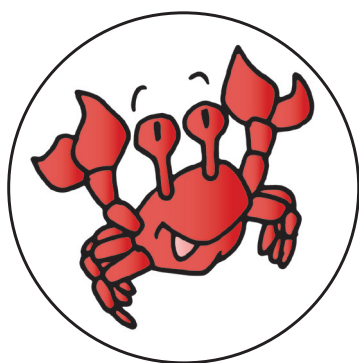


► Lancer/Attraper | Jeux de balle



Source:  
 kinderverse.ch

**Un crabe**

un crabe souviens-toi  
 ça marche, ça marche  
 un crabe souviens-toi  
 ça marche de guingois.

un crabe méfie-toi  
 ça pince, ça pince  
 un crabe méfie-toi  
 fais attention à tes doigts.

**Créer les conditions**

INTRODUCTION	NIVEAU 1	NIVEAU 2
Diriger/ressentir une balle / un objet à lancer	Diriger un objet par terre en le faisant rouler uniquement	Différents exercices simples avec partenaire avec l'objet
«Faire connaître»	Prendre par exemple: Balles Bieco, ballons mous, etc.	Prendre par exemple: la balle comme si on était un chien et jouer avec en faisant les exercices correspondants



FORME	INTRODUCTION	NIVEAU 1	NIVEAU 2
<b>Exercices de lancer</b>	Comment est-ce que je lance?	Avec quoi est-ce que je lance?	Objectifs supplémentaires
	<ul style="list-style-type: none"> <li>– des deux mains</li> <li>– d'une main</li> </ul>	Utiliser différents objets  Matériel: Chiffon, dessous de bière, coussinets, ballon	Viser dans un sac, à travers un cerceau, etc.
<b>Exercices pour attraper</b>	Comment est-ce que j'attrape?	Qu'est-ce que j'attrape?	Objectifs supplémentaires
	<ul style="list-style-type: none"> <li>– des deux mains</li> <li>– avec les bras (corbeille)</li> </ul>	Attraper différents objets  Matériel : Chiffon, sac hacky frisbee, ballon	Attraper dans un cercle donné, espace, position, etc.
<b>Exercices lancer / attraper attraper</b>	Exercer ensemble le lancer / attraper	Petit jeu de balle à 2	Petit jeu de balle à 2 ou 4
	Préparer objet de jeu 2 caissons, balle	Faire rebondir la balle une fois puis la rattraper	On peut rattraper la balle directement
<b>Jeu avec filet</b>	Regarder et expliquer règles du jeu	Jouer la variante simplifiée	Trouver et essayer plusieurs variantes
		Corde plus basse, la balle peut toucher le sol plusieurs fois. Ne jouent que les P et E comme partenaires.	

