

Séance confinement 4 :

Pas besoin d'avoir un jardin, à faire aussi sur un parking où dans la maison 😊 !

Parties	Taches		Descriptif	Eléments pédagogiques		
Exercice	Objectif :	Slalom + tir		Variables		
	But :	Faire le meilleur temps		Durée	<ul style="list-style-type: none"> - Pied fort, pied faible. - Chronométrer. - Changer de sens de circuit. 	
	Consignes :	- Effectuer un slalom en conduite de balle.		Nbre de joueurs	Méthode Pédagogique	
				1	ACTIVE	
				Espaces	Veiller à ...	
		20 mètres	<ul style="list-style-type: none"> - Maîtrise de balle. 			
Exercice	Objectif :	Conduite de balle + tir		Variables		
	But :	Marquer		Durée	<ul style="list-style-type: none"> - Pied fort, pied faible. 	
	Consignes :	- Effectuer un slalom, laisser le ballon à la sortie des coupelles faire une accélération jusqu'au carré puis tirer au but avec un deuxième Ballon.		Nbre de joueurs	Méthode Pédagogique	
				1	ACTIVE	
				Espaces	Veiller à ...	
			<ul style="list-style-type: none"> - Maîtrise de balle. 			
Exercice	Objectif :			Variables		
	But :	Jonglerie		Durée	<ul style="list-style-type: none"> - Pied fort. - Pied faible. - Alternier les deux. 	
	Consignes :	- Jonglerie pied gauche, pied droit et de la Tête.		Nbre de joueurs	Méthode Pédagogique	
				1	ACTIVE	
				Espaces	Veiller à ...	