



LE HOCKEY BALLE

(le balai balle)



C3



Les objectifs sont de permettre aux enfants de pratiquer une activité sportive, garder un lien virtuel avec ses camarades de classe et **impliquer sa famille** en partageant et jouant à plusieurs.

Objectif de la séance : être capable de se déplacer en conduisant la balle sans la perdre.

Position de base et tenue de crosse (le balai) :

Main du « haut » : prise embout dans la paume -
Main du « bas » distance 1 avant-bras. Genoux
et chevilles fléchis - Tronc légèrement penché
vers l'avant - Tête droite - Regard vers l'avant.



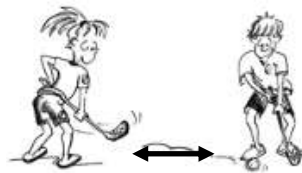
Les règles d'or : La crosse (le balai) est utilisée uniquement pour jouer le palet (la balle) -
La crosse (le balai) doit rester sous le niveau des genoux - Le palet (la balle) est joué
toujours avec la crosse (le balai) **pas à la main** ! - Les gestes dangereux sont interdits.

Ton défi : installer et désinstaller les ateliers pour jouer avec ta famille !

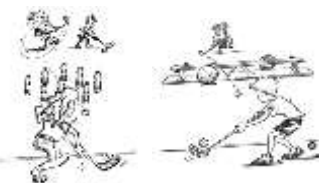
1 - Parcours en slalom



2 - Passer et réceptionner



3 - Tir de précision

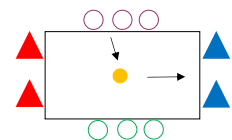


4 - Tir au but après slalom



5 - le jeu du bétet en famille

A l'appel de ton numéro, tu vas chercher la balle et tu la conduis vers le but de ton choix. Si ton adversaire réussit à récupérer la balle, tu essaies de la lui reprendre pour l'emmener dans le but opposé.



Nombre de joueurs : autant que vous voulez !

Matériel : pour remplacer la crosse : un balai - une raquette ... pour remplacer la balle : fabriquer une grosse boule de papier... pour remplacer les plots, lattes : prendre des objets de la maison.