

ANNEXE N°7

AN7

« LES RELAIS »

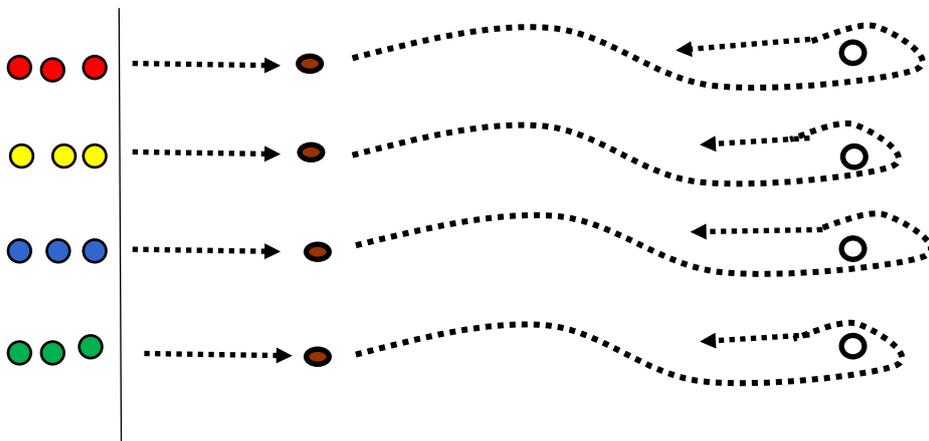
OBJECTIF :

Mettre en action collective une équipe.

Aborder les gestes essentiels de l'activité : ramasser une balle, se déplacer avec elle diversement, la plaquer au sol, la recevoir, la passer, taper « à suivre » pour soi, etc...

Développer la vitesse d'exécution.

SITUATION :



VARIANTES : l'utilisation faite de la balle, les déplacements, le point de passage des relais, le signal d'arrivée.

MATERIEL : 4 ballons, 4 grands plots, plusieurs plots plats pour (ligne, trajet)