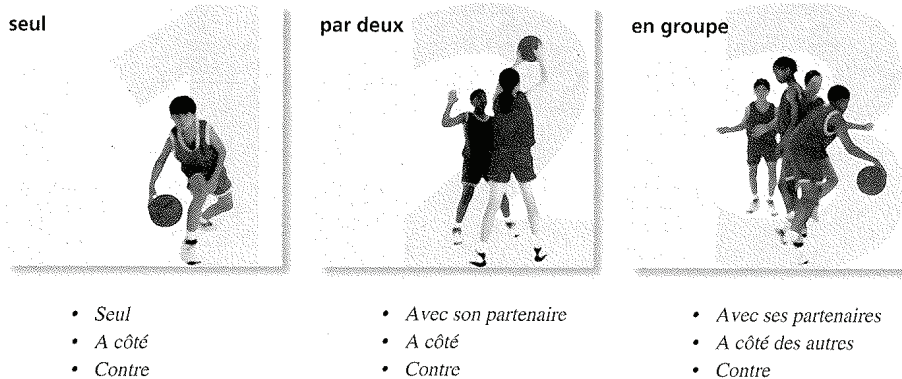




## Coordination et jeu

### *Complexification du jeu* (Manuel EPS Bucher 1998)



### Habilité avec ballon

**Seul** : Ballon-stop en jouant librement

- en dribblant / changer de main / modifier les déplacements
- en lançant le ballon en l'air / modifier la façon de lancer / imposer la hauteur (*autocontrôle et feedback*)
- rouler le ballon / avec les pieds / arrêter de différentes façons
- différents ballons / dribbler / lancer / rouler
- en cercle dribble / modifier l'espace / avec un chasseur

**Par deux** : - avec un ballon, échange de différentes façons (mains, rebond, hauteur, tenue du ballon, ...)

- avec 2 ballons, différents échanges (se mettre d'accord)

**En groupe** : - passe et va (*compétition et qualité*)

### Percevoir les trajectoires

**Contre le mur** : - lancer varier : les distances / les hauteurs / les gestes (latéralité)

- rattraper varier : sans rebond / après un rebond / les manières / passes à 10

**Par-dessus le filet** : - lancer aller chercher / varier les gestes / vitesse de déplacement

- viser, varier : les gestes / la position de la cible

### Technique et jeu (vers le volleyball)

- Passe à deux par-dessus le filet (le plus de passe possible)
- Jouer 1 contre 1 (*tactique*)
- 2 contre 2 (influence des règles : libre / passer derrière le cône après le toucher du ballon / une passe obligatoire / 2<sup>e</sup> touche le sautoir avant de jouer / 3 passes obligatoires / ne pas bloquer la 1<sup>ère</sup> balle / ...

### Thèmes en résumé :

*Complexification du jeu - Autocontrôle et feedback – Compétition et qualité – Tactique*

Différenciation → Réussite → Plaisir → Apprentissage