

FICHE ACTIVITE : Initiation jeu de balle au pied - CYCLE 2

Niveau de classe ou Cycle concerné : cycle 2

Matériel : un ballon ou une balle, des bouteilles plastiques ou objets pour faire des plots

Déroulement de l'activité :

Exercice 1 :

Se déplacer balle au pied et au « top », poser le pied sur le ballon pour l'arrêter.
Faire avec le pied droit puis avec le pied gauche.

Exercice 2 :

Faire un slalom avec le ballon au pied en passant entre des bouteilles.
L'arrêter avec le pied si le ballon va trop vite et éviter de prendre le ballon avec les mains.

Exercice 3 :

Faire des passes en arrêtant le ballon avec le pied à chaque passe.
Varier le pied droit et le pied gauche.

Exercice 4 :

Tir au but : réussir à tirer et envoyer sa balle dans un but.
Si on a de l'espace (où un jardin), ajouter un gardien.

Exercice 5 :

1,2,3 soleil

Mêmes règles que le jeu mais en avançant balle au pied et en l'arrêtant avant le mot « soleil ».

Variables didactiques : taille du ballon (plus ou moins gros), faire les exercices avec le pied droit puis avec le pied gauche.

Variantes possibles : si le nombre et l'espace le permet : jouer en 1 contre 1 (avec un adversaire qui essaie de récupérer le ballon) et essayer de marquer dans un but pour aller vers l'activité football.

Bilan de la séance par l'élève (commentaires, remarques, analyses) à communiquer éventuellement à l'enseignant	
--	--