

Séance 1 / Cycle 1 Découverte de la discipline

Loisirs
Débutants

Temps de la
séance : 1heure

Echauffement : 10Min

Je fais connaissance



Explications du schéma ci-dessus

Se déplacer en trotinant dans toute la salle. Je lance le ballon à un partenaire en donnant son prénom.



balle ou ballon.

