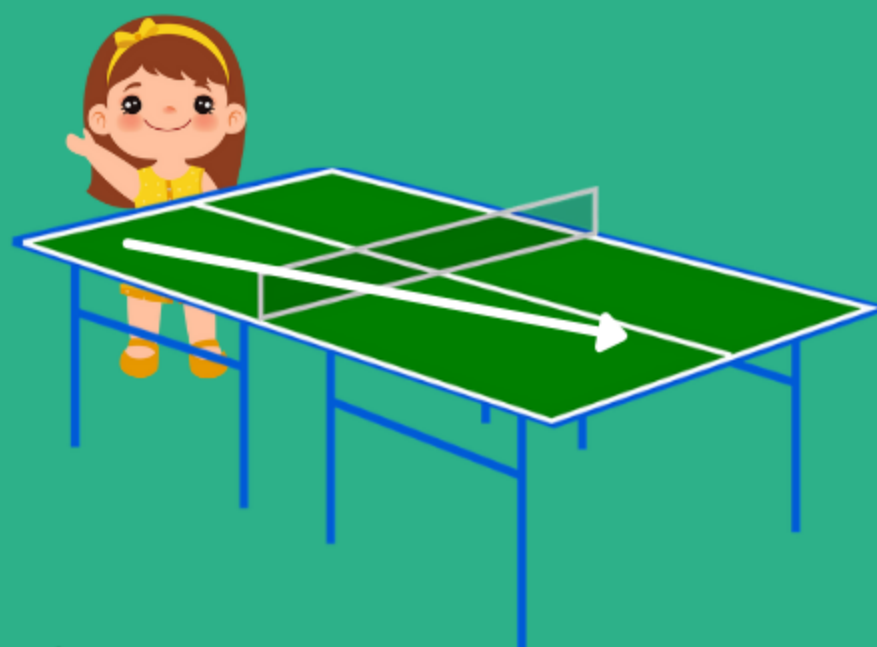


Echauffement : 10Min

Parcours de motricité

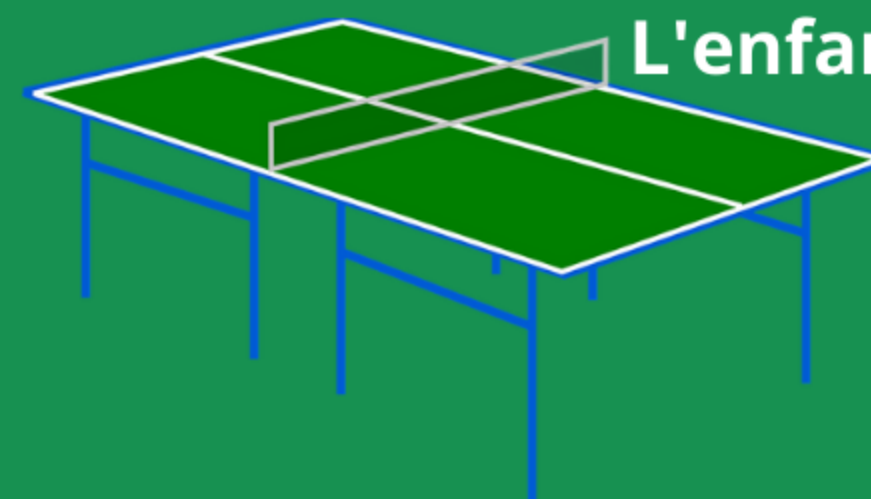


Explications du schéma ci-dessus



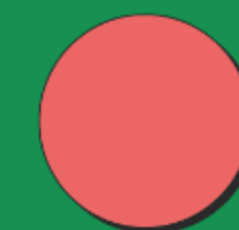
Bassine

L'enfant doit lancer la balle dans la bassine en faisant un revers. La distance du lancer peut varier.



L'enfant doit faire un service en revers.

L'enfant slalom entre les plots. Jonglage en revers.



cerceaux



Accélération en jonglage

