

## Activité



Modéré



15 min et plus



Se dépenser



Cour de récréation



Lancer



A deux et en groupe

## Matériel

Différentes balles, pas trop dures, ou des objets volants (volant de badminton, frisbee..)



Un chronomètre



## Description de l'activité

Lancez le plus rapidement le plus d'objets possible dans le camp adverse.

2 équipes dans 2 espaces d'un terrain et un arbitre.

A la fin de la partie (de 1 à 5 minutes), l'équipe qui a le moins d'objets volants dans son camp a gagné (seuls les objets au sol sont comptabilisés).

## Évolution

### Varier la durée du jeu

- Commencer par 1 minute, puis 2 minutes, 30 secondes, etc...

### Varier le nombre et la forme des objets

- Sortir plus ou moins d'objets que de joueurs.

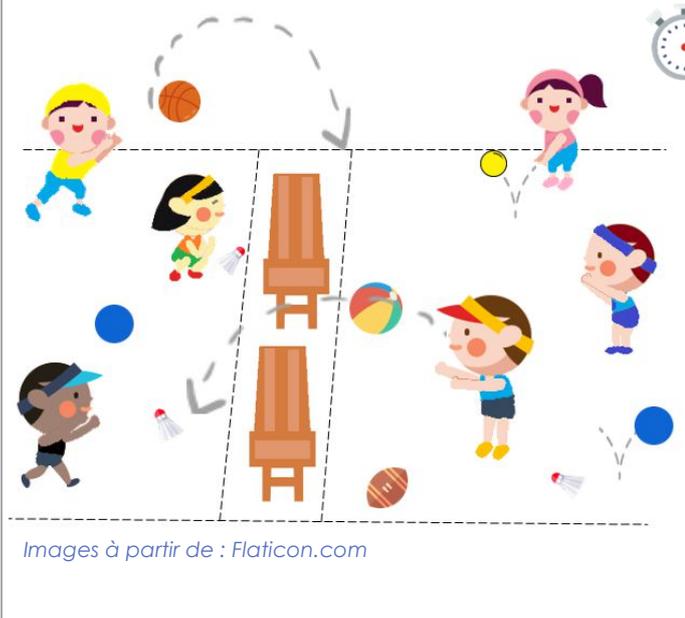
### Varier les formes de lancer

- Lancer direct, faire une passe obligatoire, seulement à une main, uniquement de la main gauche (ou droite)...

### Varier l'espace de jeu

- Modifier la taille du terrain, tracer une ligne pour séparer le terrain ou jouer avec un filet de badminton,
- Disposer 4 terrains (donc 4 équipes)

Illustration



Images à partir de : Flaticon.com

## Inclusion



Prendre le rôle d'arbitre.

Proposer une zone de tir délimitée pour les élèves ayant une mauvaise coordination.

Privilégier certaines tailles ou couleur de ballon.