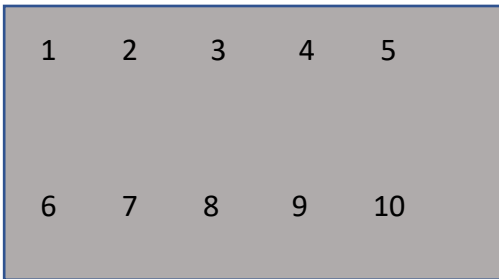
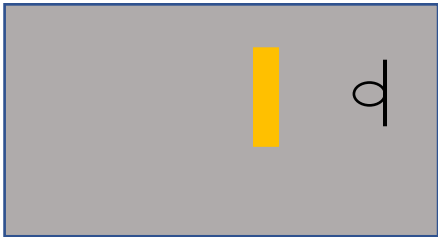


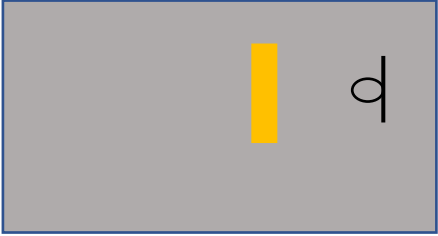

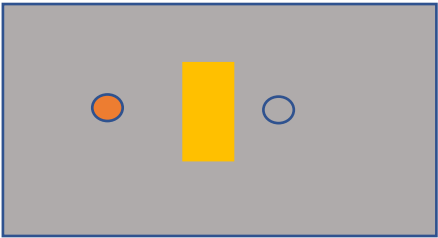
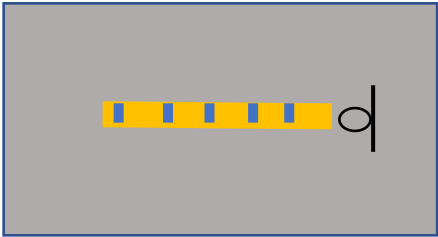
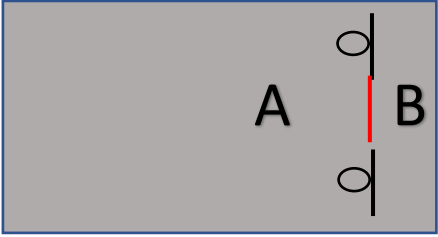


<p align="center"><u>Notion Ciblée :</u></p> <p align="center">Se familiariser avec la cible et la trajectoire parabolique</p>	
<p align="center"><u>Niveau d'évolution de la séquence :</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Prérequis 2. Apprentissage du geste 3. Ajout de contraintes 4. Application avec opposition 	<p align="center"><u>Critères de réussite :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Trajectoire parabolique - Tenue du ballon à deux mains - Poussée verticale du ballon - « Bec de canard »
<p align="center"><u>Description du jeu :</u></p> <p align="center">« La chasse au trésor »</p> <p>Le but est de placer le joueur dans une multitude de situations de lancer (shoot) tout en respectant la trajectoire parabolique</p> <p>A chaque atelier réalisé, l'équipe de 2 remporte un indice qui lui permettra de découvrir le trésor en fin de séance.</p>	<p align="center"><u>Consignes spécifiques :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - 2 à 3 min par atelier - Rotation : en suivant l'ordre des numéros indiqués devant chaque atelier - 2 joueurs par atelier (rentabilité) - Attention : ceci n'est pas une séance type et doit donc être adaptée (réduction du nombre d'ateliers, nombre de cibles à disposition, timing...)
<p><u>Schéma :</u></p> 	
<p>Atelier 1 :</p> <p>Assis sur un bc, lancer la balle dans un petit anneau</p> <p>Attention : gestion des hauteurs selon le public.</p>  <p>Objectif :</p> <p>Permettre à l'enfant d'être bien installé pour se concentrer sur le travail de ses mains</p>	<p>Atelier 2 :</p> <p>Assis sur un bc, se lever et lancer la balle dans un petit anneau retourné</p> <p>Attention : gestion des hauteurs selon le public.</p>  <p>Objectif :</p> <p>Permettre à l'enfant d'être bien installé pour se concentrer sur le travail de ses mains et la trajectoire parabolique en lançant au-dessus de la planche</p>

<p>Atelier 3 : /2 , se lancer la balle de part et d'autre d'un panneau de séparation.</p>  <p>Objectifs : Comprendre la trajectoire parabolique et s'initier au rebond.</p>	<p>Atelier 4 : Debout sur le bc, sauter pour descendre en 1 tps, shoot</p>  <p>Objectifs : Travail des appuis, et lancer vers la cible</p>
<p>Atelier 5 : A genoux sur une pastille proche de l'anneau, ballon de baudruche attaché à la planche à différentes Hteur. Lancer b. de tennis à une main pour toucher les ballons</p>  <p>Objectif : Trajectoire montante à une main (bec de canard)</p>	<p>Atelier 6 : Assis sur une pastille lancer la b., traj. Para. , rebond sur la table, et atterrissage dans le cerceau</p>  <p>Objectif : Trajectoire parabolique</p>
<p>Atelier 7 : Saut pieds jts dans l'échelle de corde et shoot enchainé au dernier saut.</p>  <p>Objectifs : Mouvement global et utilisation intuitive des membres inférieurs</p>	<p>Atelier 8 : /2 se lancer un swissball de part et d'autre d'une corde tirée entre deux poteaux (paniers)</p>  <p>Objectifs : Trajectoire parabolique</p>
<p>Atelier 9 : Shooter face à un mannequin de shoot</p> <p>Objectif : Trajectoire parabolique</p>	<p>Atelier 10 : Shooter en équilibre sur un plot rigide ou planche d'équilibre.</p> <p>Objectifs : Travail de l'équilibre et du gainage</p>
<p>Remarques :</p>	