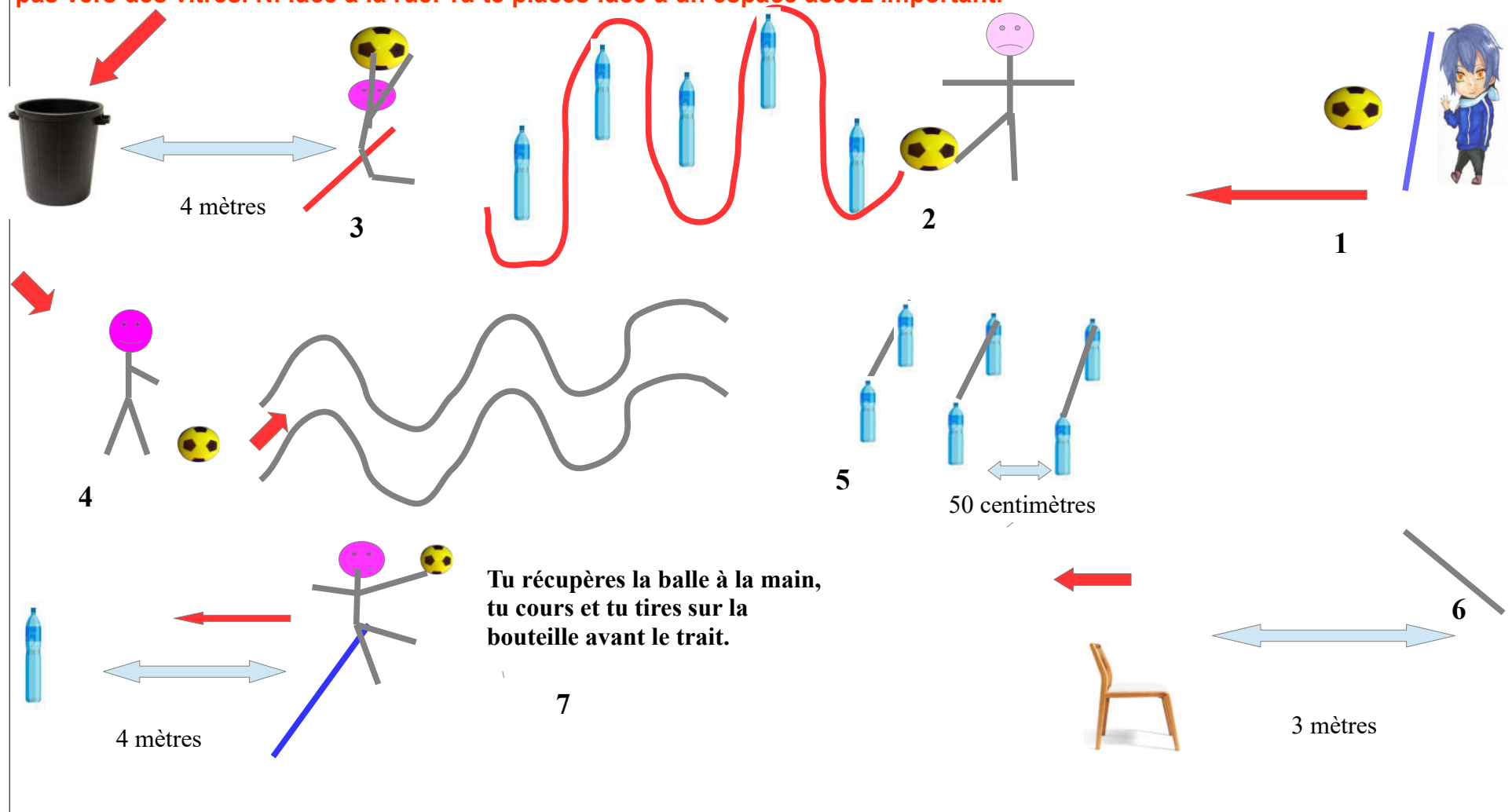


## " Le ballon dans tous ses états".

Dans ton jardin.

Tu regardes avec tes parents un endroit dans l'herbe le plus plat possible, sans trous ou obstacles dangereux. **Tu ne te mets pas vers des vitres. Ni face à la rue. Tu te places face à un espace assez important.**



### Règle : du jeu :

1/ Tu pars en dribblant au pied.

2/ Tu slalomes autour des quilles (ou des bouteilles d'eau en plastique).

A la fin du slalom tu places un trait au sol , ou une bande de carton).

3/ Tu te mets à genoux et tu essaies d'envoyer le ballon dans la poubelle, à deux mains. Si tu rates tu recommences au début. Si tu réussis tu reprends le ballon au pied.

4/ Tu suis le "chemin " que tu as fait avec des ficelles ou des bandes de carton (ou des traits au sol). Il ne faut pas que le ballon sorte du chemin.

5/ Puis tu repars en direction des haies que tu as pu faire avec des bouteilles en plastique ou des quilles, sur lesquelles tu places un bâton ou une bande de carton rigide (tu peux la scotcher dessus). Tu fais passer le ballon sous les haies, avec le pied et toi tu enjambes les haies.

6/ Au bout tu repars vers une nouvelle marque au sol. Là, tu prends la balle à la main et tu tires dans la chaise. La balle doit passer entre le dossier et l'assise.

Tu recommences tant que tu n 'as pas réussi puis tu prends le ballon à la main.

7/ Tu cours vers la dernière marque et tu tires, sans t'arrêter, pour faire tomber la bouteille sans dépasser la marque.

### Pour compliquer :

1/ Si je réussis je rallonge les distances entre la marque et la poubelle, la chaise, la bouteille à faire tomber. .

2/ Je prends une balle plus petite.

3/ Je chronomètre mon temps si j'ai une montre chronomètre et j'essaie d'améliorer mon score.

**Je lance des défis aux copains.**