

Séance « Bb Raquettes » Valenciennes

Séance animé par **C.PATY** et **O.DRUMONT**

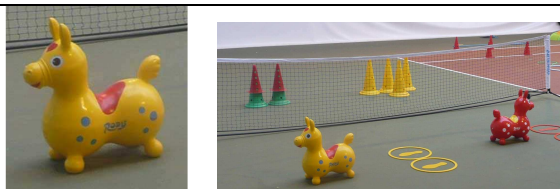
Durée 45 minutes

Matériel Plots, Raquettes,
Ballon Suisse, Cerceaux,
Toboggan, Balles

La séance commence par l'accès « libre » à une partie du terrain, les parents et enfants choisissent les jeux.

Atelier N°1

- Monter sur le « cheval »
- Lancer la Balle (par au dessus)
- Toucher les plots



Atelier N°2 : Parcours de Motricité

- Sauter au dessus de latte (sur le sol)
- Cerceaux (Marelle)
- Slalom (large)
- Passer les haies basses
- Slalom (très court)
- Toboggan

Un passage sans ballon

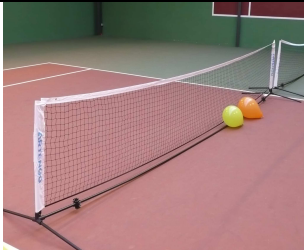



Un passage avec ballon dans les mains



Atelier N°3

- Faire « Aller/retour » avec le ballon Suisse
- Imposer le déplacement (1 main, 2 mains, avec la raquette)



<p>Atelier N°4</p> <ul style="list-style-type: none">- Jouer au tennis avec un Ballon de Baudruche- Jouer avec son père ou la mère		
<p>Atelier N°5</p> <ul style="list-style-type: none">- Le TurnBall- Jouer avec la main, raquettes, Pom Do		
<p>Atelier N°6</p> <ul style="list-style-type: none">- Les Anneaux	<p><i>Atelier mis à disposition pour l'accès libre</i></p>	
<p>Atelier N°7</p> <ul style="list-style-type: none">- Le Bowling		

Tennis Squash Badminton de Valenciennes

Octobre 2010