

N° xx	Thème >>>		Le jeu de corps	Catégories	Pédagogie
Exercice	On a le ballon	Conserver/Progresser	Déséquilibrer/Finir	U9	Directive
	On n'a pas le ballon	S'opposer à la progression	Protéger son but	À U13	Expliquer – Démontrer – Faire répéter



12'

Objectif	Jeu de corps (charge, contre)
But	Récupérer le ballon des autres joueurs le plus vite possible
Consignes	<p>Au signal, le loup entre en jeu et tente de sortir un ballon.</p> <p>Si il y parvient, il permet à un second loup d'entrer en jeu et ainsi de suite jusqu'à épuisement des ballons dans l'aire de jeu.</p> <p>Quand un ballon d'un « mouton » est sorti, ce dernier s'immobilise les jambes écartées. Il peut être remis en jeu si un partenaire lui fait un petit pont. Il peut alors aller chercher un ballon et continuer.</p>
Variantes	<p>Intégrer des refuges pour les attaquants</p> <p>Possibilité de commencer à la main</p> <p>Prévoir plus de moutons que de loups</p>
Points de vigilance	<p>Inverser les rôles</p> <p>Ne pas se jeter</p> <p>Essayer d'enfermer l'adversaire vers un bord de la zone</p>

