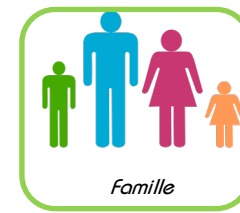
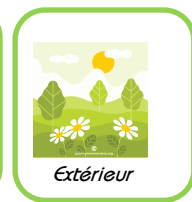


ACTIVITE PHYSIQUE 30

LA BALLE AU MUR



MATERIEL

- 1 balle qui peut rebondir par joueur
- 1 mur

BUT DE L'ACTIVITE

Exécuter la comptine entière le plus vite possible .

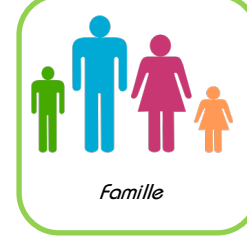
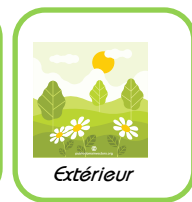
FORME(S) DE JEU

On peut jouer :

- Sans mur : réaliser le défi en lançant simplement la balle à la verticale.
- A deux : lorsque le joueur 1 se trompe ou manque la balle, le joueur 2 reprend à son tour la comptine là où il l'avait perdue.
- Si l'on dispose de plusieurs balles et un mur assez grand, on peut jouer parallèlement.

ACTIVITE PHYSIQUE 30

LA BALLE AU MUR



DISPOSITIF POSSIBLE

Le joueur chante la comptine en exécutant chaque consigne et en lançant, en rythme, la balle contre le mur.

Lorsque le joueur se trompe dans les mouvements, les paroles ou manque une balle, il la récupère et reprend là où il s'était arrêté.

| Comptine | Gestes |
|----------------|--|
| La balle | / |
| jolie balle | / |
| sans bouger | Ne pas bouger les pieds. |
| sans rire | Ne pas rire. |
| sans parler | Ne pas parler. |
| d'une main | Jouer d'une main. |
| de l'autre | Jouer de l'autre main. |
| d'une griffe | Mains en position de griffes, paumes en bas. |
| d'un pied | Lever un pied. |
| de l'autre | Lever l'autre pied. |
| d'une jambe | Passer la balle sous la jambe. |
| de l'autre | Passer la balle sous l'autre jambe. |
| petite tapette | Taper dans les mains devant. |
| grande tapette | Taper les mains dans le dos. |
| double tapette | Taper dans les mains devant et dans le dos. |
| petit rouleau | Tourner les bras l'un autour de l'autre. |
| grand rouleau | Mouliner grand les bras. |
| petit saut | Faire un petit saut sur place. |
| grand saut | Faire un saut plus haut sur place. |
| et tourbillon. | Faire un tour sur soi-même. |