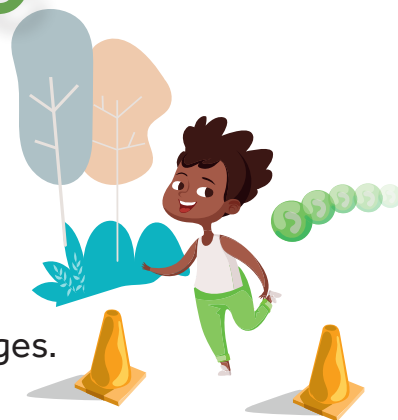


La balle assise

Prépare ton matériel

- Une balle en mousse.
- Des plots ou coupelles pour délimiter le terrain.
- Des craies pour dessiner des refuges.
- 5 joueurs ou plus.



Règle du jeu

Si tu es le chat porteur de balle tu peux :

- Tirer sur une souris (sans rebond), elle devient prisonnière.
- Faire une passe (avec rebond) à une souris, elle devient chat.

Si tu es une souris, tu peux :

- Être touchée (sans rebond), il faudra t'asseoir sur place.
- Être délivrée si tu touches la balle.
- Devenir chat si tu attrapes la balle.

- 1 ■ Autoriser le chat à se déplacer en dribblant ou en faisant 3 pas.

- 2 ■ Faire durer le plaisir en jouant tous ensemble, le plus longtemps possible.

- 3 ■ Créer des zones refuges pour les souris. Quand une souris est dans un refuge, le chat ne peut plus la toucher.

Relève les défis

Invente d'autres défis à partir de ce jeu !

Voici quelques pistes :

- Sur le matériel : avec plusieurs balles.
- Sur l'espace : réduis ou agrandis la zone de jeu.
- Sur la motricité : en utilisant une seule main.

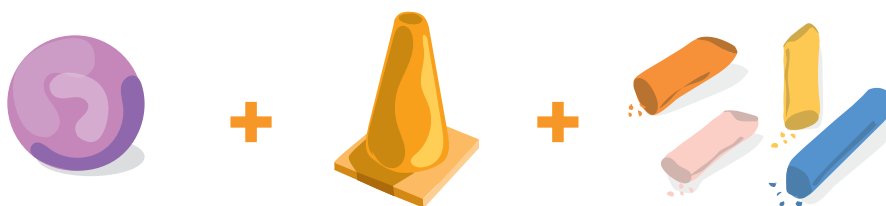
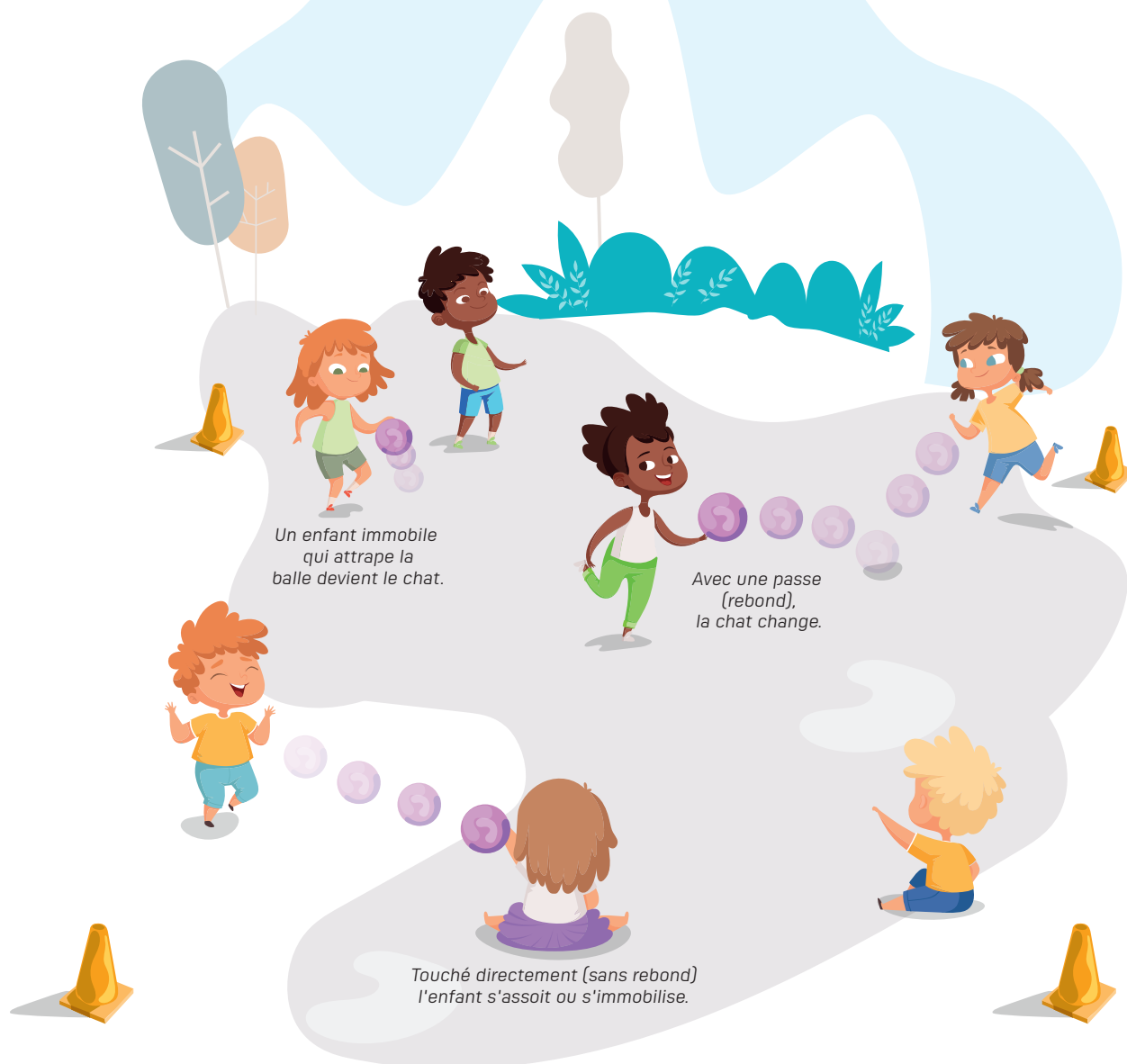


Pratiquer une **activité physique quotidienne** contribue au **bien-être**, une des conditions fondamentales pour **bien apprendre**.



Le sport scolaire de l'École publique

La balle assise



As-tu pris du **plaisir** à jouer ?



Sur ta réglette des émotions, **désigne** le **visage** qui correspond le mieux à ce que **tu ressens**.