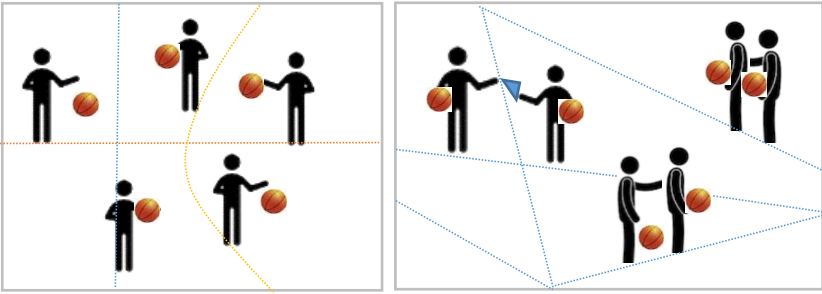


	4.1 - Equilibre Coopération & Lien social
TEMPS Quand et combien de temps jouons-nous ?	☒ Echauffement ☒ Corps de séance ☐ Fin de séance Durée : 1'30 à 2'30 par séquence
ESPACE Où jouons-nous ?	 -Aire de jeu à moduler selon l'effectif -Tracés/lignes selon disponibilité
Matériel	1 ballon (initiation, mousse, traditionnel) par joueur / <i>Foulards, cerceaux ... *</i>
ACTIVITE Comment jouons-nous ?	Seul Dribbler <i>de manière continue ou discontinue</i> / manipuler le ballon en marchant, avec 1 œil ouvert et 1 œil fermé - Se déplacer vers les autres joueurs pour établir un contact -Sans contrainte de trajet -Avec contrainte spatiale -> 1 - 2 appui(s) sur 1 ligne - S'arrêter face à l'autre joueur et se présenter (donner son prénom) et/ou échanger son ballon <i>sans qu'il ne tombe au sol</i> -Les 2 yeux ouverts - Les 2 yeux fermés - Selon l'effectif, tenir en équilibre unipodal, les yeux ouverts ; se "checker" avec la main (opposée / à l'amble) ou avec le pied Après chaque rencontre : changer œil ouvert - œil fermé Par 2 - Aller à la rencontre d'un autre binôme : Changer de partenaire et de rôle - Se déplacer ensemble : 1 guidé (yeux fermés) et 1 guide (yeux ouverts) "Accompagner" le déplacement : Guider à la voix / En contact direct (donner le bras, toucher avec la main ...) / En contact indirect (toucher avec le ballon, avec un lien intermédiaire* tenu par les 2 joueurs) <i>Autres possibilités :</i> -Jouer sans ballon -Aller tirer après chaque rencontre