



BOTTLE BALL

Âge: dès 9 ans

Durée: 30 min

- Matériel:**
- Une bouteille en plastique de minimum 1 litre et demi.
 - Une balle de tennis par joueur.
 - Des ciseaux, de la peinture, de gros marqueurs ou du tape pour décorer la bouteille.

Chacun doit disposer de son matériel individuel. La bottle ball et la balle de tennis doit être reconnaissables.

DÉROULEMENT

A • Créer sa Bottle ball

1. Couper le fond de la bouteille
2. Couper ensuite la moitié de celle-ci sur 20cm
3. Arrondir les coins
4. La bottle ball peut être renforcée avec du collant. Celle-ci peut également être décorée (avec du tape par exemple). Cela permet à chaque enfant de reconnaître sa Bottle.



- Variantes (bien s'espacer les uns des autres dans une cour ou un espace extérieur):
 - lancer la balle, la laisser rebondir puis la rattraper
 - lancer la balle, la laisser rebondir, toucher le sol avec sa main puis la rattraper
 - jouer contre un mur
 - lancer dans des cibles (golf bottle ball)
 - Pétanque bottle ball

B • Jeu individuel

- Découverte de l'utilisation de la bottle ball. Je lance la balle vers le haut avec la bouteille et je la réceptionne au vol. Entraîne-toi plusieurs fois.



C • Jeu par 2

- Face à face: Se mettre face à son partenaire (à 2m au départ), faire des aller-retour en lançant la balle. Quand la balle fait un aller et retour sans toucher le sol, l'un des 2 recule d'un grand pas. Si la balle tombe, l'enfant la récupère avec sa BottleBall mais pas avec les mains.
- Concours de précision: Utiliser une balle en mousse et la mouiller. Lancer la balle sur une cible (tableau sur lequel on a dessiné une cible). But: faire partir la couleur sur le tableau. Chacun son seau d'eau et sa balle.



Animagique



www.animagique.be