

De 5 à 99 ans  
2 joueurs

# « Bidons-balle »

Coordonner des actions motrices simples

Transformer sa motricité spontanée pour maîtriser les actions motrices (courir, sauter, lancer)

## Le matériel requis :

- Bidons vides (de javel ou de lessive)
- Cutter, scotch à motif (masking tape)
- Papier

## Fabrication :

- Laver le bidon
- Le découper en deux (suivre la photo)
- Décorer vos deux bidons
- Jouez !

## Les règles de sécurité :

- Les joueurs doivent être attentifs à ce qu'il se passe autour d'eux, le joueur ayant la balle en main est responsable de ses gestes.
- Délimiter une zone de jeu, selon l'âge des joueurs et la taille du lieu choisi

## Description de l'activité :

- Le lanceur ne doit pas tirer trop fort afin que la balle ne sorte pas du périmètre. Si le receveur récupère la balle, le point est pour celui-ci, sinon, le point est pour le lanceur (tant que la balle reste dans le périmètre)
- La balle peut être lancée comme vous le souhaitez (avec le bidon ou à la main)
- La partie s'achève à 20 points

