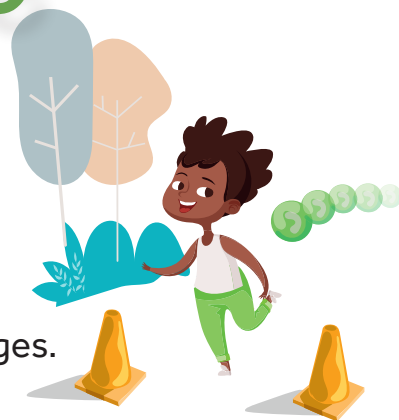


La balle assise

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.

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

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

- 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.

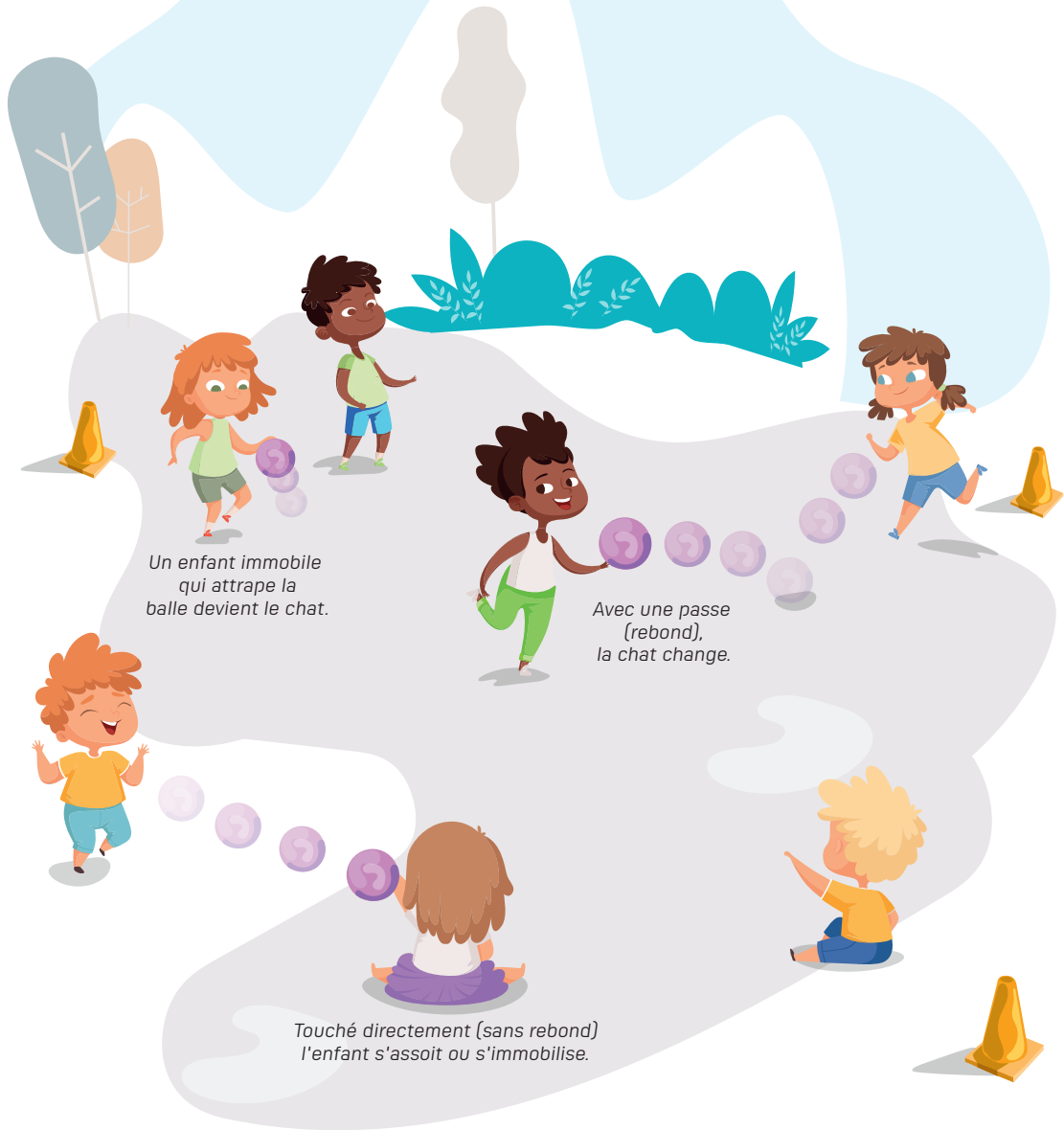


Pratiquer une **activité physique quotidienne** contribue au **bien-être**, une des conditions fondamentales pour **bien apprendre**.



Le sport scolaire de l'École publique

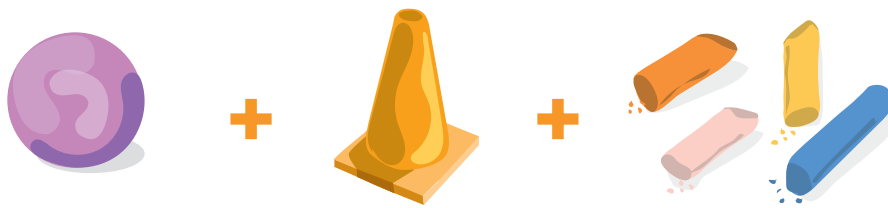
La balle assise



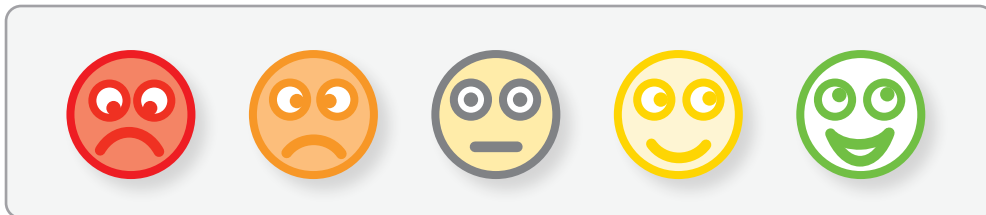
Un enfant immobile qui attrape la balle devient le chat.

Avec une passe (rebond), la chat change.

Touché directement (sans rebond) l'enfant s'assoit ou s'immobilise.



As-tu pris du **plaisir** à jouer ?



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