mobilesport.ch

12 | 2017

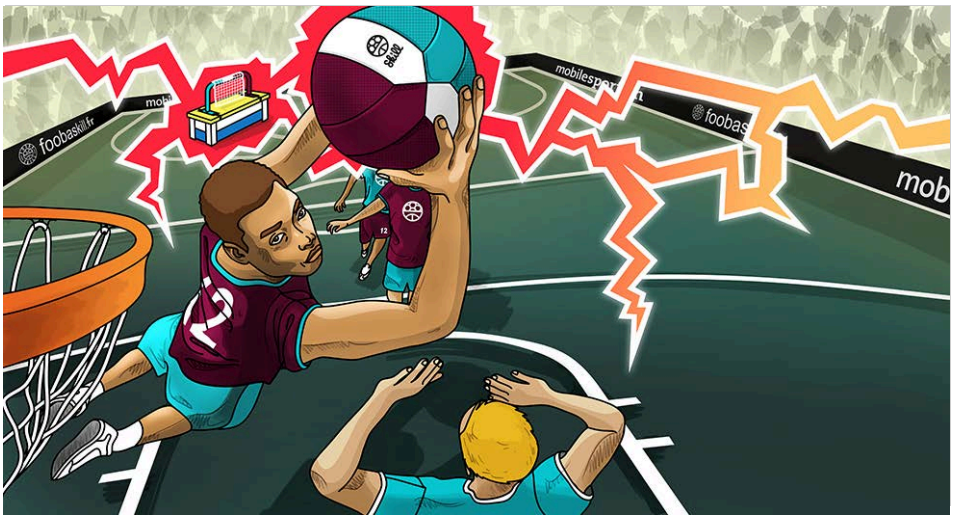
FooBaSKILL

Thème du mois – Sommaire

Un jeu complet	2
Règlement	3
Terrain de jeu	7
Formes d'organisation	8
Matériel	9
Pratique	
• Planification	10
• FooSKILL	11
• BaSKILL	14
• FooBaSKILL	17
• FooBaSKILL Kids et Outdoor	20
Indications	21

Catégories

- Tranche d'âge: 8-20 ans
- Niveaux de progression: débutants et avancés
- Niveaux d'apprentissage: acquérir, appliquer et varier



Un jeu, deux sports. Comme son nom le suggère, le FooBaSKILL combine football et basketball. Ses règles sont pensées pour un développement moteur et cognitif global et une participation active de tous les enfants et les jeunes. A pratiquer à l'école, dans les clubs et en plein air.

L'originalité du FooBaSKILL ne réside pas dans son association de deux sports, mais dans son cadre de jeu qui plaide en faveur d'un développement complet des participants. Dans chacune des deux moitiés de terrain consacrées à une pratique sportive, les joueurs peuvent marquer des points autrement qu'en tirant au but ou au panier et ils contribuent ainsi au succès de leur équipe. Cette particularité favorise l'adhésion des élèves qui n'apprécient pas spécialement le football et/ou qui se mettent en retrait de la classe. Au passage de la ligne médiane du terrain, les joueurs doivent s'habituer instantanément aux nouvelles conditions, ce qui sollicite fortement leur capacité tactico-mentale et leur capacité de coordination.

Au service des autres sports

Le FooBaSKILL a été conçu initialement pour le cours d'éducation physique. Mais il trouve aussi une place légitime dans les clubs. Les règles édictées permettent en effet l'acquisition de certains aspects tactiques – entre autres l'occupation de l'espace – qui sont à même d'être transférés facilement dans d'autres jeux d'équipe. Elles sont par ailleurs source d'enrichissement: la possibilité de marquer sur deux buts de football ouvre la voie à de nouvelles statégies d'attaque et de défense et l'autorisation de jouer avec les parois de la salle promeut la créativité pour ne citer que ces deux exemples. Les sports individuels sont aussi en mesure de tirer profit du FooBaSKILL lors de l'échauffement en améliorant d'autres compétences que celles de la discipline, ainsi que la cohésion du groupe.

Taillé pour chaque élève

Ce thème du mois s'adresse à un large public grâce à la grande flexibilité des règles du FooBaSKILL. L'enseignant peut les adapter en fonction des capacités de certains élèves, de la classe dans sa globalité, de la compétence qu'il souhaite développer ou encore du matériel à disposition. Trois leçons sont proposées pour une introduction progressive de ce jeu: les élèves se familiarisent d'abord avec le FooSKILL (football), puis le BaSKILL (basketball), avant de découvrir la forme finale. Les nombreux conseils et les vidéos garantissent leur succès.

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO

Un jeu complet

Le FooBaSKILL améliore les compétences physiques et cognitives des différents jeux de balle en sollicitant simultanément le bas et le haut du corps.

Confrontés à certains déficits de coordination de leurs élèves, trois enseignants d'éducation physique suisses (voir impressum, p. 21) ont décidé en 2015 d'organiser des camps de sport d'été – les «National Sports Camp Switzerland» – afin de développer cette capacité. C'est à l'occasion de la première édition qu'a germé l'idée du FooBaSKILL. Quelques mois plus tard, un ballon multifonctionnel, appelé SKILLTheBall (voir p. 9), a été mis au point pour améliorer la qualité du jeu.

Selon ses inventeurs, le FooBaSKILL favorise un développement moteur complet:

Les cinq qualités de coordination
- Orientation: les joueurs doivent sans cesse se situer dans l'espace. Leur tâche est compliquée par les spécificités des deux sports.
- Rythme: les joueurs sont soumis à de nombreux changements de rythme en raison de l'alternance entre les deux disciplines. Ce jeu se déroulant pratiquement sans interruption, la dépense énergétique est élevée.
- Différenciation: les joueurs mettent en pratique des aspects du football et du basketball dans le même match. Le haut et le bas du corps sont régulièrement impliqués.
- Réaction: les joueurs interagissent et s'adaptent rapidement à des situations imprévues. L'anticipation est particulièrement améliorée.
- Equilibre: les joueurs font face à tout un éventail de situations dynamiques où l'équilibre est perpétuellement remis en question.

La deuxième intention offensive et l'organisation défensive au football
Grâce à ses règles spécifiques, le FooBaSKILL offre la possibilité aux enfants et aux jeunes de développer de manière inconsciente les aptitudes et les automatismes des footballeurs. L'attribution d'un deuxième point (voir p. 4) après le tir sur le caisson oblige les attaquants et les défenseurs à poursuivre l'action.

Les rebonds offensifs et défensifs au basketball
Dans le même ordre d'idée, ce jeu leur permet de développer les aptitudes et les réflexes des basketteurs, en particulier le rebond grâce à l'attribution d'un point supplémentaire (voir p. 4).

La créativité
Les joueurs peuvent à tout instant inventer une nouvelle passe, utiliser le rebond de la paroi de la salle, élaborer une nouvelle stratégie d'équipe, etc.

La capacité de marquer des points
Le plaisir est multiplié vu que les chances de marquer des paniers ou des buts sont plus grandes et accessibles à tous.

Une forte sollicitation mentale, notamment au passage de la ligne médiane
Le joueur est constamment sollicité au niveau cognitif car il doit sans cesse s'adapter au changement de sport et à la stratégie de l'adversaire.

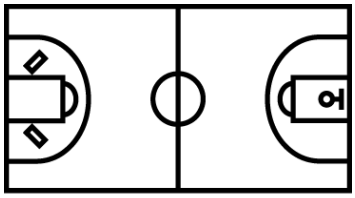
La coopération entre les pairs
La situation de jeu permettant l'attribution de deux points favorise la collaboration entre les partenaires, ainsi que leur participation dans le jeu.

© OFSPO

Règlement

Les règles ont été réfléchies afin qu'elles soient modulables en fonction des différents groupes cibles et puissent ainsi offrir les conditions d'un jeu équilibré et ludique pour tous.

Terrain de jeu



- Le FooBaSKILL se joue dans une salle de sport.
- Sur une moitié du terrain sont disposés deux caissons (un élément + un couvercle) sur lesquels se trouve un SKILLGoal (voir p. 9) ou un cône pour la pratique du football (FooSKILL).
- Sur l'autre moitié, les joueurs utilisent le panier de basketball (BaSKILL) (voir illustration ci-contre).

Nombre de joueurs

- Deux équipes de quatre joueurs.
- Recommandation: cinq joueurs par équipe avec de jeunes enfants.

Durée du match

- Deux mi-temps de cinq minutes.
- Durant la première mi-temps, une équipe marque des buts sur le terrain de football et défend sur le terrain de basketball; l'autre équipe fait le contraire. Durant la deuxième mi-temps, les équipes inversent les rôles.

Engagement

- Au début du match et de la deuxième mi-temps, l'engagement se fait au milieu du terrain par un entre-deux, comme au basketball. Le ballon doit être frappé en l'air par l'un des deux joueurs qui se trouvent dans le cercle central. Les autres joueurs se placent librement sur tout le terrain (en dehors du cercle central).
- Après un point marqué, l'engagement se fait au plus vite à l'endroit où le ballon est récupéré par le défenseur. Ce joueur pose le ballon au sol avec une ou deux mains et effectue une passe à un coéquipier. Les adversaires se placent à une distance minimale de deux mètres.

Fautes

- Lors d'une faute, le jeu reprend au plus vite à l'endroit où celle-ci a été commise. Un joueur de l'équipe lésée pose le ballon au sol avec une ou deux mains et effectue ensuite une passe à un coéquipier. Les adversaires se placent à une distance minimale de deux mètres.
- Une faute est sifflée si le ballon touche le plafond ou les engins suspendus.

FooSKILL

- Les tacles et le jeu dangereux depuis l'arrière sont toujours sanctionnés par un pénalty (voir p. 6).
- Toutes les fautes commises dans la surface de réparation (ligne des trois points au basketball) font l'objet d'un pénalty.
- Pour marquer, le joueur doit obligatoirement se trouver dans la zone FooSKILL. Dans le cas contraire, le ballon est remis à l'équipe adverse.
- La sanction est identique si le tir sur un but est plus haut que le SKILLGoal ou le cône (risque de blessures). Les passes hautes sont en revanche permises.
- Il est interdit de sauter par-dessus le caisson ou le SKILLGoal (faute).

BaSKILL

- Les règles officielles de basketball pour le contact physique, le marcher et le double dribble s'appliquent.
- Pour marquer, le joueur doit obligatoirement se trouver dans la zone BaSKILL. Dans le cas contraire, le ballon est remis à l'équipe adverse.
- Une faute est sifflée si le ballon rebondit sur le rebord de la planche de basketball, l'arrière de la planche ou la structure métallique supportant la planche.

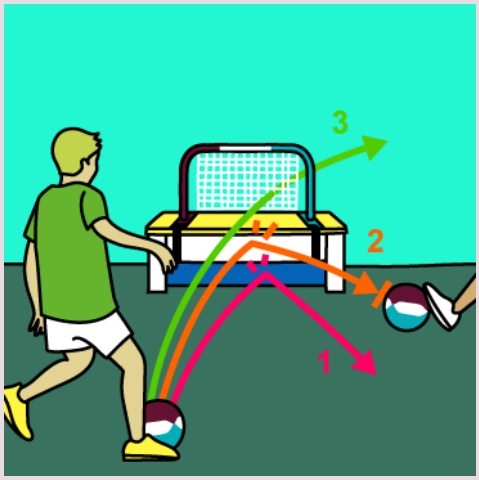
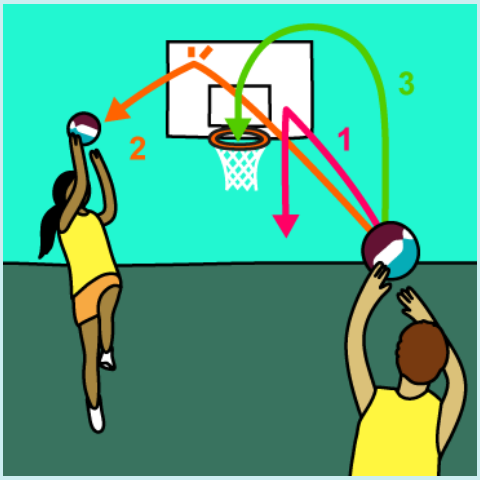
Les règles en 90 secondes

© OFSPO

Attribution des points

Une action victorieuse est récompensée par un, deux ou trois points selon son déroulement.

Niveau «débutants»

	FooSKILL	BaSKILL
Un point	• Le ballon touche n'importe quelle face latérale du caisson (360°).	• Le ballon rebondit sur la planche et tombe au sol, sans avoir touché l'anneau de basketball.
Deux points	• Le ballon touche le caisson et est stoppé (amorti) avec la semelle par un coéquipier ou par soi-même avant qu'il touche une paroi ou franchisse la ligne médiane (deuxième intention offensive). **Remarque:** Seul un point est attribué si un défenseur stoppe (amortit) le ballon avec la semelle avant l'attaquant.	• Le ballon rebondit sur la planche, sans avoir touché l'anneau de basketball, et il est saisi à deux mains par un coéquipier avant qu'il tombe au sol (rebond offensif).
Trois points	• Le ballon traverse le SKILLGoal (ou renverse le cône). **Remarque:** Si un adversaire empêche le ballon de traverser le but depuis l'arrière, les trois points sont validés.	• Le ballon pénètre dans le panier.
Pas de point	• Le ballon touche la partie supérieure du couvercle du caisson. • Le ballon touche l'angle du caisson et suit une trajectoire ascendante. Dans les deux cas, le jeu se poursuit alors sans interruption. **Remarque:** Tout autogoal offre un point à l'adversaire.	• Le ballon touche l'anneau de basketball. • Le ballon est saisi à deux mains par l'adversaire avant qu'il touche le sol (rebond défensif). • Le ballon est rattrapé par le joueur ayant tiré sur la planche. • Le ballon rebondit uniquement sur le rebord de la partie supérieure de la planche avec une trajectoire ascendante. Dans tous les cas, le jeu se poursuit sans interruption.
		

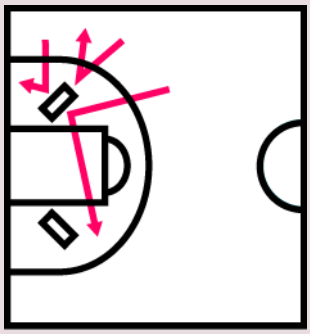
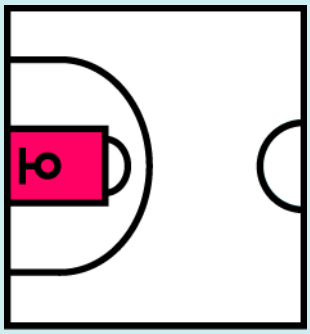
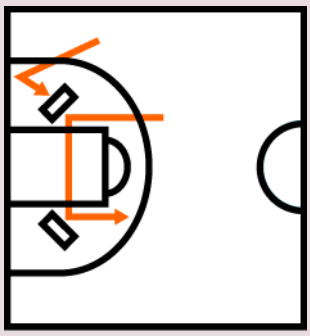
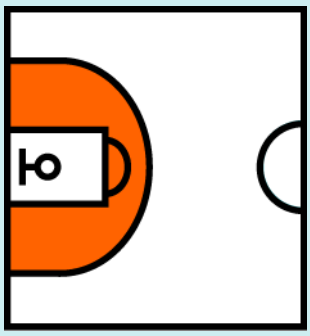
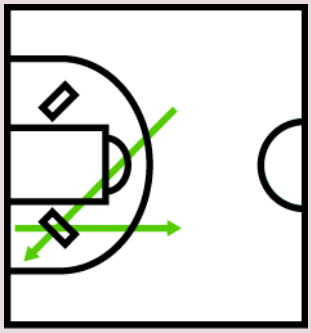
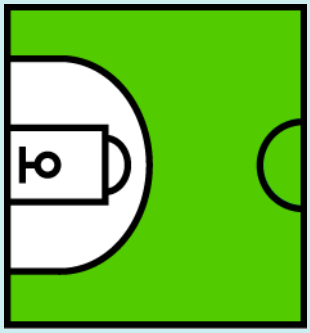
Recommandation: Pour simplifier le jeu après un point marqué, notamment avec de jeunes enfants, l'enseignant peut autoriser une première passe sans interception des adversaires, mais qui ne franchit pas la ligne médiane.

Conseils

- Un basketteur adroit aux tirs peut fausser le jeu en cumulant les paniers à trois points. Pour que le jeu soit équilibré, l'équipe adverse peut attribuer un handicap à un joueur particulier. Exemple: ce joueur peut uniquement marquer des points en rattrapant le ballon (rebond offensif) ou en inscrivant des paniers selon le règlement «avancés» du BaSKILL (voir p. 5).
- Il faut encourager les joueurs à faire circuler le ballon au sol dans la partie FooSKILL afin qu'ils puissent le contrôler au mieux.

© OFSPO

Niveau «avancés»
La deuxième intention au football et le rebond au basketball ne sont plus considérés car ces compétences sont censées être acquises à ce niveau-là. L'attribution des points durant un match est par conséquent modifiée. Les autres points du règlement sont en revanche identiques à ceux du niveau «débutants» (voir p. 4).

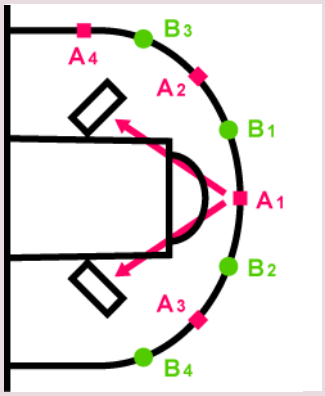
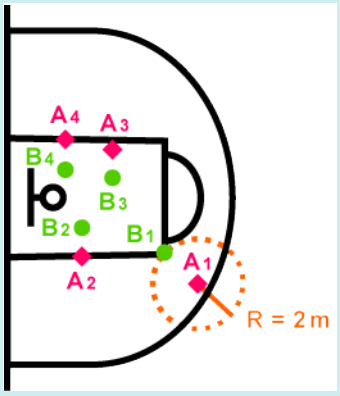
	FooSKILL		BaSKILL	
Un point	• Le ballon touche n'importe quelle face latérale du caisson (360°).		• Le panier est marqué depuis l'intérieur de la raquette.	
Deux points	• Le ballon touche les deux caissons sur le même tir. • Le ballon rebondit contre une des parois et touche un caisson sur le même tir.		• Le panier est marqué entre la zone extérieure de la raquette et la ligne des trois points (zone intermédiaire). • Un dunk (à une ou deux mains) est effectué.	
Trois points	• Le ballon traverse le SKILLGoal (ou renverse le cône).		• Le panier est réalisé derrière la ligne des trois points.	

Conseil
Il est possible de combiner les règles des deux niveaux en fonction du groupe. Exemple: avec une équipe de basketteurs, on utilisera le règlement «avancés» pour la partie BaSKILL et le règlement «débutants» pour la partie FooSKILL.

© OFSPO

Pénalty et lancer franc

Dans certaines circonstances, une faute est sanctionnée par un pénalty ou un lancer franc, dont l'attribution des points varie selon le niveau.

Pénalty FooSKILL	**Lancer franc (BaSKILL)**
Un pénalty est accordé: • Si une faute est commise dans la surface de réparation (ligne des trois points au basketball). Exemples: main volontaire de l'adversaire, contact physique dangereux, coup d'épaule. • En cas de tacles ou de jeu dangereux depuis l'arrière dans toute la zone FooSKILL. • Si une faute est commise durant l'action donnant un deuxième point au niveau «débutants» (voir p. 4). L'équipe attaquante obtient un point en plus de pouvoir tirer un pénalty. Exemple: bousculade du défenseur sur l'attaquant pour qu'il ne puisse pas stopper le ballon avec la semelle.	Un lancer franc est accordé à un joueur victime d'une faute: • Lors du lancer contre la planche. • Lors du tir au panier.
Niveau «débutants»	
• L'attaquant ayant subi la faute exécute le pénalty. • Le ballon est placé au centre de la ligne des trois points au basketball. • Le joueur est libre de tenter un tir à un, deux ou trois points sur le but de son choix. • Tous les autres joueurs se positionnent sur la ligne des trois points à un endroit spécifique (voir illustration). 	• L'attaquant ayant subi la faute exécute un seul lancer franc. • Le ballon est lancé depuis l'endroit où la faute a été commise. • Le joueur est libre de tenter un tir à un, deux ou trois points. • Tous les joueurs se placent à une distance minimale de deux mètres autour du tireur (voir illustration). 
Niveau «avancés»	
• L'attaquant ayant subi la faute exécute le pénalty. • Le joueur est obligé d'effectuer un tir à trois points sur le but de son choix. • Tous les autres joueurs se positionnent sur la ligne des trois points à un endroit spécifique.	• L'attaquant ayant subi la faute exécute un seul lancer franc. • Le ballon est lancé depuis l'endroit où la faute a été commise. • Les points attribués dépendent de la zone de tir (voir l'attribution des points BaSKILL, p. 5). • Tous les joueurs se placent à une distance minimale de deux mètres autour du tireur.

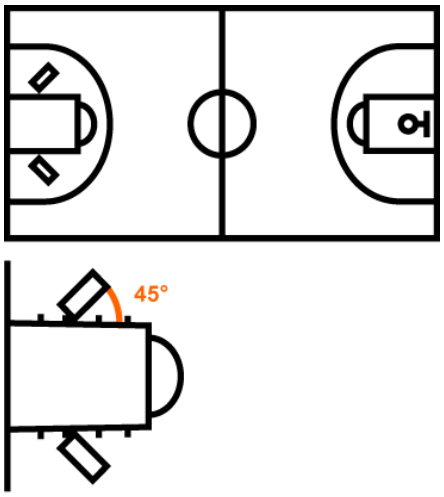
© OFSPO

Terrain de jeu

Le FooBaSKILL se joue dans une salle de sport. La ligne médiane doit être visible et les parois font partie intégrante du terrain. La variante FooBaSKILL Outdoor permet de pratiquer ce jeu sans l'utilisation de caissons ou en plein air.

Terrain de jeu officiel

La ligne médiane du terrain sépare les deux activités du FooBaSKILL. Sur une moitié se trouvent les deux buts de football, constitués chacun d'un SKILLGoal (voir p. 9) posé sur un caisson (un élément + un couvercle). Il est important de les disposer à 45° et selon l'écart représenté sur l'illustration ci-contre. Cela correspond à la largeur d'un but de football sur un terrain en herbe. L'enfant développe ainsi de manière naturelle les automatismes du footballeur, c'est-à-dire de viser en bas à gauche ou à droite du but. Sur l'autre moitié se trouve un panier de basketball.



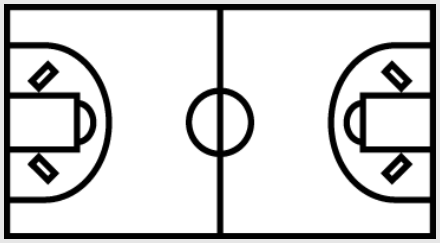
Les lignes latérales et les lignes de fond ne sont pas prises en considération. Les parois de la salle appartiennent en revanche au terrain. Exemples: il est possible de se faire une passe à soi-même avec la paroi, d'adresser une passe à un partenaire ou de marquer un but à l'aide de la paroi.

Déclinaisons du FooBaSKILL

Selon l'objectif de la leçon, il est possible de jouer sur un terrain dédié intégralement à un des deux sports. La variante FooBaSKILL Outdoor permet, elle, un jeu sans caisson.

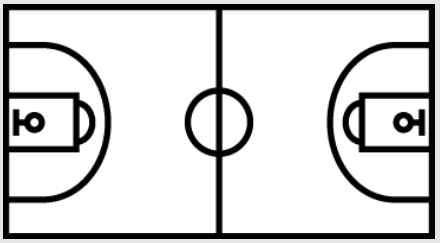
FooSKILL

Le terrain est équipé de quatre buts de FooSKILL (caisson + SKILLGoal) disposés comme dans le terrain de jeu officiel du FooBaSKILL.



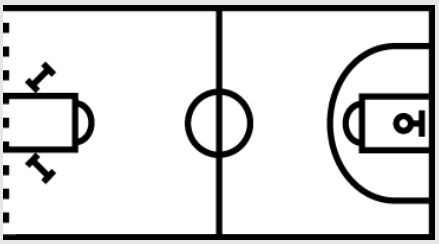
BaSKILL

Le terrain est équipé de deux paniers de basketball.



FooBaSKILL Outdoor

Sur la moitié de terrain FooSKILL, on joue avec la ligne de fond et deux SKILLGoal posés à même le sol (pas de caisson) comme dans le terrain de jeu officiel. Sur la moitié de terrain BaSKILL se trouve un panier de basketball (plus d'informations, voir p. 20).

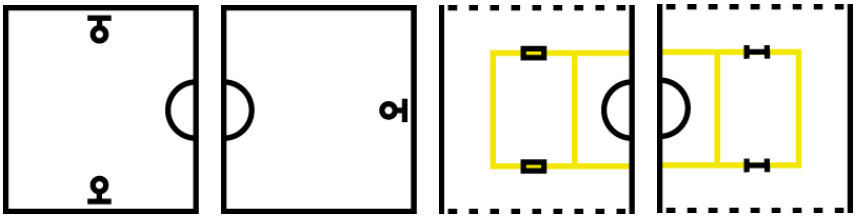


© OFSPO

Formes d'organisation

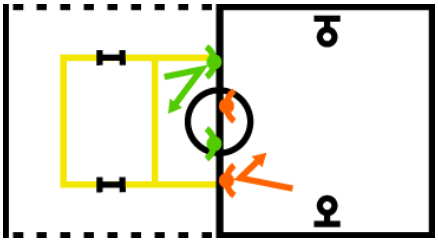
La forme finale du FooBaSKILL met aux prises huit joueurs en même temps. Une organisation judicieuse permet de mettre en mouvement le plus d'élèves possible durant un cours. Quelques conseils pratiques.

Sur deux demi-terrains: Match à quatre contre quatre. Seize élèves sont engagés simultanément.



Sur deux paniers | Sur un panier | Avec deux caissons et les lignes de fond | Avec deux SKILLGoal et les lignes de fond

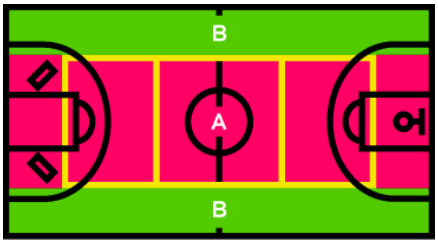
Avec des joueurs en appui sur la ligne médiane pour les matchs sur deux demi-terrains: Au FooBaSKILL, il est permis de jouer avec les parois. Un certain nombre d'élèves peut ainsi avoir un rôle de remiseur pour l'équipe qui a fait la passe.



Avec des joueurs en appui

Avec des zones restrictives: Le terrain de volleyball sert ici de repère. Cette forme d'organisation présente l'avantage d'occuper beaucoup d'élèves et oblige les moins forts à prendre leurs responsabilités. En outre, elle encourage l'utilisation de toute la largeur du terrain pour mener une attaque.

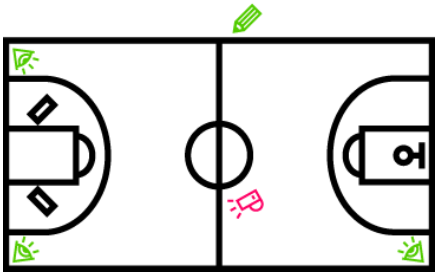
De nombreux exercices peuvent découler de cette forme. Chaque couloir constitue une zone restrictive dans laquelle un certain nombre d'élèves évoluent alors que les autres participants n'ont pas le droit d'y pénétrer. Le nombre d'élèves doit correspondre à l'espace à disposition pour maintenir la fluidité et la qualité du jeu.



Avec des zones restrictives

Les variantes FooBaSKILL Kids et Outdoor (voir p. 20) se prêtent bien à l'introduction des zones restrictives. Dans une grande salle, on peut jouer par exemple au FooBaSKILL Kids à quatre contre quatre dans le couloir central et à deux contre deux dans les couloirs extérieurs.

Avec une équipe à l'arbitrage: Quatre à cinq joueurs arbitrent le match en endossant une fonction et un emplacement particuliers. L'arbitre principal se trouve au milieu du terrain; un juge est en place sur le terrain de BaSKILL, deux autres sont dans les coins du terrain de FooSKILL; le cinquième arbitre est hors du terrain.



Avec une équipe à l'arbitrage

Les trois juges indiquent le nombre de points marqués avec leurs doigts à l'arbitre principal. Ce dernier annonce à haute voix ce nombre aux deux équipes. Le cinquième arbitre note le score. Les juges ont également pour tâche de signaler les fautes en levant leur bras.

© OFSPO

Matériel

Un ballon innovateur et un but multifonctionnel ont été conçus dans le but d'améliorer la dynamique et la qualité du jeu. Ce matériel a la particularité de pouvoir être également utilisé dans d'autres sports.

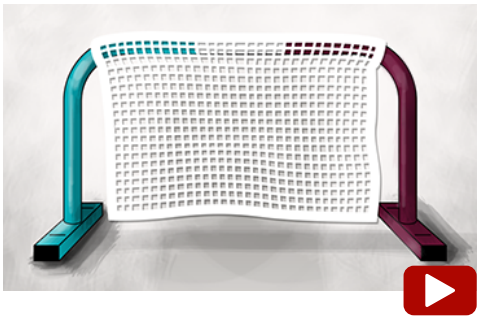
SKILLTheBall

Ce ballon se distingue par sa composition hybride et son usage multiple. Unique en son genre, il est composé de huit triangles rugueux (basketball) et de 12 bandes lisses (football). Les matières, le poids et la taille ont été choisis afin de garantir une utilisation optimale dans les deux sports et de maximiser la qualité du rebond et du tir.

La couleur turquoise symbolise le ciel, en référence au basketball, plus aérien et davantage axé sur le haut du corps. Le magenta rappelle, lui, la terre et le travail du bas du corps au football. Le SKILLTheBall s'utilise aussi bien en salle qu'à l'extérieur.

SKILLGoal

Ce but permet au ballon de traverser le filet par les deux côtés. Il se fixe rapidement sur un caisson grâce à ses sangles. Il peut également être utilisé pour le football (en salle ou à l'extérieur), l'unihockey ou d'autres jeux de précision (pdf).



Matériel officiel	Caractéristiques	Alternatives
SKILLTheBall KIDS	• Taille: 4 • Poids: 350-370 g • Age conseillé: 6-11 ans	• Ballons de football extérieur bien gonflés
SKILLTheBall	• Taille: 5 • Poids: 420-440 g • Age conseillé: 12 ans et plus	
SKILLGoal	• But polyvalent • Possibilité de marquer des deux côtés • Fixation rapide sur les caissons • Utilisation en salle de sport (antidérapant sous les pieds du but) et sur terrain extérieur • Léger (en aluminium) • Facile à ranger (pieds amovibles)	• Un ou plusieurs cônes sur le caisson **Conseils** Pour augmenter les chances de marquer des buts, l'enseignant peut: • mettre un seul élément de caisson au lieu de deux; • augmenter le nombre de cônes sur le caisson.

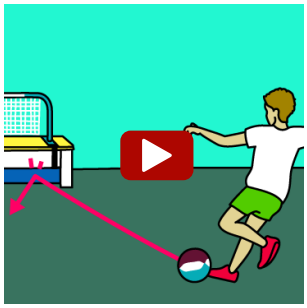
Equipement recommandé pour une classe
Le set proposé par les inventeurs du FooBaSKILL est idéal pour les écoles souhaitant faire découvrir et pratiquer ce sport. Il est composé de dix ballons et de deux buts officiels.
➜ Plus d'informations

© OFSPO

Planification des leçons

Pour que les élèves prennent du plaisir à pratiquer le FooBaSKILL, il est important de l'introduire de manière progressive et ludique. Les trois séquences de 90 minutes présentées ci-après suivent cette logique.

Une étape après l'autre: avant d'organiser une double leçon de FooBaSKILL, mieux vaut proposer à ses élèves des exercices et des jeux spécifiques à chacune des deux disciplines – d'abord le FooSKILL, puis le BaSKILL – en recourant aux bonnes formes d'organisation.



1. FooSKILL

2. BaSKILL

3. FooBaSKILL

Par ailleurs, l'enseignant est libre d'appliquer les règles qu'il considère comme importantes avec des débutants. En outre, le FooBaSKILL présente l'avantage de s'appuyer sur des règles qui peuvent être adaptées aux capacités de certains élèves, de la classe dans sa globalité ou encore en fonction de la compétence que l'enseignant souhaite développer.

Voici quelques conseils en faveur d'un jeu équilibré durant lequel les enfants et les jeunes peuvent progresser à leur rythme et prendre du plaisir.

Avec une classe de bons basketteurs
Appliquer le règlement «débutants» (voir p. 4) dans le camp FooSKILL et le règlement «avancés» (voir p. 5) dans le camp BaSKILL. Le contraire est de mise en présence de bons footballeurs.

Avec un bon joueur
- Attribuer un handicap au(x) bon(s) basketteur(s). Exemple: il peut uniquement marquer des points en rattrapant le ballon (rebond offensif) ou en inscrivant des paniers selon le règlement «avancés» du BaSKILL.
- Attribuer un handicap au(x) bon(s) footballeur(s). Exemple: il n'a pas le doit de réceptionner un ballon qu'il a tiré lui-même contre un caisson.

Dans les deux cas de figure, c'est l'équipe adverse qui désigne quel(s) joueur(s) reçoi(ven)t un handicap.

Pour développer une compétence particulière (règlement «débutants»)
Il s'agit ici d'adapter les règles en fonction de la compétence que l'enseignant souhaite travailler. Exemple: jouer uniquement avec la règle des deux points pour améliorer la coopération entre les pairs.

Pour limiter les tirs à distance et/ou incontrôlés contre la planche (BaSKILL)
En particulier avec les plus grands, il est possible de siffler une faute lorsque les tirs manquent leur cible.

© OFSPO

© OFSPO

Leçons

FooSKILL

Cette première leçon familiarise les élèves avec les composantes essentielles du FooSKILL: la conduite du ballon, la deuxième intention offensive et l'organisation défensive.

Conditions cadres

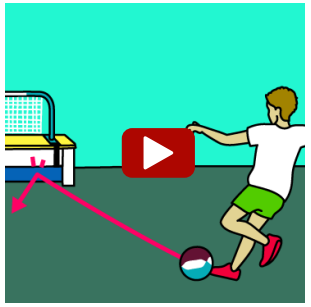
- Durée de la leçon: 90 minutes
- Tranche d'âge: 8-20 ans
- Degrés scolaires: primaire (dès 5H), secondaires I et II
- Niveaux de progression: débutants et avancés

Objectifs d'apprentissage

- Travailler le bas du corps de manière ludique.
- Arrêter le ballon avec la semelle.
- Comprendre et appliquer les règles du FooSKILL.

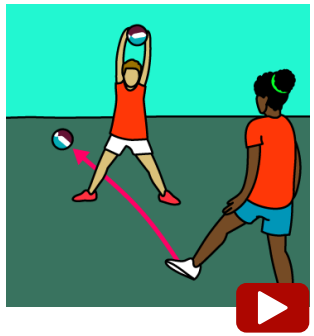
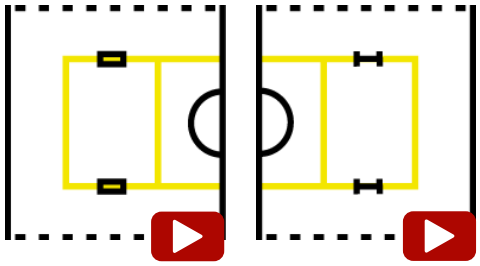
Remarques

- Connaître le règlement du FooBaSKILL (voir pp. 3-6).
- Utiliser un ou plusieurs cônes ou assiettes de marquage en l'absence de SKILLGoal.
- Possibilité de réaliser cette leçon sans caisson.
- Adapter les jeux et les durées indiquées selon le niveau du groupe.

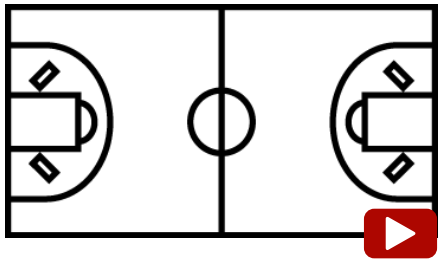
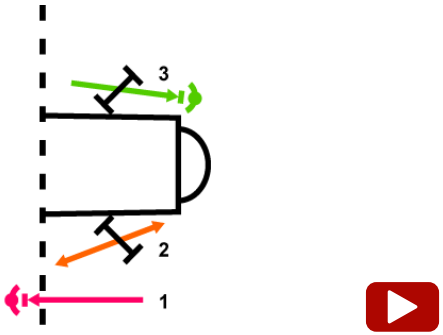


		Thème/Tâche/Exercice/Forme de jeu	Illustration/Organisation	Matériel
Mise en train	5'	**Catch Me If You Can (électrons libres)** Deux chasseurs dribblent un ballon de la main et poursuivent les électrons libres (sans ballon) à travers la salle. Au coup de sifflet de l'enseignant, les chasseurs changent de sport et conduisent le ballon au pied. Et ainsi de suite. Lorqu'un électron libre est touché de la main par un chasseur, il doit aller chercher un ballon vers l'enseignant et devient à son tour chasseur. Qui sera le dernier électron libre?	Ce jeu d'échauffement permet d'équiper tous les élèves avec un ballon pour la suite de la leçon.	• Un SKILLTheBall par élève
	10'	**Whistle Time (réaction aux stimuli)** Tous les élèves se déplacent dans la salle en conduisant un ballon au pied. Lorsque l'enseignant donne un coup de sifflet, ils échangent leur ballon avec un camarade. Lorsque celui-ci émet deux coups de sifflet, ils se font une passe avec la paroi et arrête le ballon sous la semelle. Le dernier élève qui stoppe le ballon reçoit un gage (par ex. exercice de coordination, de gainage). **Variante** Idem, mais aux deux coups de sifflet, les élèves doivent arrêter au plus vite leur ballon sous la semelle en respectant la consigne annoncée au préalable par l'enseignant. Exemples: • Une couleur de ligne particulière. • Un chiffre qui correspond au nombre d'élèves pour former un groupe: trois, deux mixte (une fille et un garçon), etc. • Un certain nombre d'élèves dans le cercle central. • Un certain nombre d'élèves à côté d'une certaine paroi. Le(s) dernier(s) reçoi(-ven)t un gage.	Cet exercice implique l'utilisation des parois ainsi que l'arrêt du ballon sous la semelle, deux aspects importants de la forme finale du FooBaSKILL.	• Un SKILLTheBall par élève
	5'	**Hunter Switch (chasseurs)** Quatre chasseurs dribblent un ballon de la main et poursuivent leurs camarades qui conduisent un ballon au pied à travers la salle. Lorsqu'un élève est touché de la main par un chasseur, les rôles sont inversés. **Plus difficile** • Les chasseurs doivent toucher le ballon de l'adversaire avec leur pied tout en dribblant de la main. • Les chasseurs conduisent le ballon au pied et doivent toucher l'adversaire avec une main. Ils tiennent chacun un chasuble dans leur main pour être distingué des autres joueurs.		• Un SKILLTheBall par élève

© OFSPO

		Thème/Tâche/Exercice/Forme de jeu	Illustration/Organisation	Matériel
Partie principale	10'	**Eiffel Tower (tour Eiffel)** Former quatre équipes. L'une d'entre elles chasse les trois autres qui coopèrent durant cette première manche. Les chasseurs dribblent un ballon de la main et poursuivent leurs camarades qui conduisent un ballon au pied à travers la salle. Lorsqu'un élève est touché par un chasseur, il doit s'arrêter, prendre son ballon dans les mains, le soulever au-dessus de la tête et écarter les jambes (tour Eiffel). Ses coéquipiers (des trois équipes) peuvent le libérer en faisant passer leur ballon entre ses jambes. Après une minute, changer les rôles. Les chasseurs débutent chaque manche dans le cercle central. Quelle équipe bloquera le plus grand nombre d'adversaires? Si l'une d'elles parvient à bloquer tous les autres joueurs en moins d'une minute, laquelle battra ce record? **Plus difficile** • Les chasseurs conduisent également le ballon au pied.	Pour disposer d'équipes équilibrées pour la suite de la leçon, aligner les élèves selon leur niveau au football, puis les numéroter d'un à quatre. 	• Un SKILLTheBall par élève • Trois jeux de chasubles
	25'	**Half Court Games (jeu sur demi-terrains)** Former quatre équipes. Deux équipes de quatre joueurs s'affrontent balle au pied par moitié de terrain. Chacune dispose d'un caisson et d'une ligne de fond pour marquer des points. **Attribution des points** • Un point: – passe d'un joueur à un coéquipier qui arrête le ballon de la semelle derrière la ligne de fond; – rebond du ballon contre tous les côtés du caisson (360°) et arrêt de la semelle par un défenseur. • Deux points: rebond du ballon contre tous les côtés du caisson et arrêt de la semelle par un coéquipier ou soi-même. Après un but, l'engagement se fait au plus vite à l'endroit où le ballon est récupéré par le défenseur. Ce joueur pose le ballon au sol avec une ou deux mains et effectue une passe à un coéquipier. Tous les adversaires se placent à une distance minimale de deux mètres. **Variante** Avec quatre SKILLGoal en lieu et place des caissons: • Un point: passe d'un joueur à un coéquipier qui arrête le ballon de la semelle derrière la ligne de fond. • Deux points: but par l'avant ou l'arrière d'un SKILLGoal.	Avec de grandes classes, disposer des joueurs en appui sur la ligne médiane qui effectuent des remises. Avec caissons Avec SKILLGoal 	• Deux SKILLTheBall • Trois jeux de chasubles • Quatre caissons (un élément + un couvercle) ou quatre SKILLGoal

© OFSPO

		Thème/Tâche/Exercice/Forme de jeu	Illustration/Organisation	Matériel
Partie principale	30'	**FooSKILL** Deux équipes de quatre joueurs s'affrontent sur un terrain selon les règles du FooSKILL (niveaux «débutants» ou «avancés», voir pp. 4-5). Elles défendent les deux buts de leur camp et attaquent sur les deux buts placés dans la moitié de terrain adverse. **Variantes** • Avec quatre SKILLGoal posés sur le sol et les deux lignes de fond en lieu et place des caissons: – Un point: passe d'un joueur à un coéquipier qui arrête le ballon de la semelle derrière la ligne de fond. – Deux points: but par l'avant ou l'arrière d'un SKILLGoal avant que le ballon touche une paroi ou franchisse la ligne médiane. – Trois points: but par l'avant ou l'arrière d'un SKILLGoal et réception par un coéquipier qui arrête le ballon de la semelle avant que le ballon touche une paroi ou franchisse la ligne médiane. Si un défenseur stoppe le ballon de la semelle avant l'attaquant, seuls deux points sont attribués. • Les équipes n'ont plus de buts attitrés. Le SKILLGoal dans lequel une équipe a marqué est «bloqué» jusqu'au prochain tir réussi dans un des trois autres. C'est l'enseignant qui désigne le but bloqué au début du jeu. Dans cette variante, seul un point est attribué pour un but par l'avant ou l'arrière d'un SKILLGoal.	Placer quatre élèves au repos dans chaque coin de la salle pour l'arbitrage. Exercice de base  Première variante 	• Un SKILLTheBall • Plusieurs jeux de chasubles • Quatre caissons (un élément + un couvercle) • Quatre SKILLGoal
Retour au calme	5'	Permettre aux élèves de donner un retour d'informations sur cette nouvelle discipline.		

© OFSPO

BaSKILL

Jouer est la priorité de cette deuxième leçon: les élèves développent les bases du BaSKILL, en particulier les rebonds offensifs et défensifs.

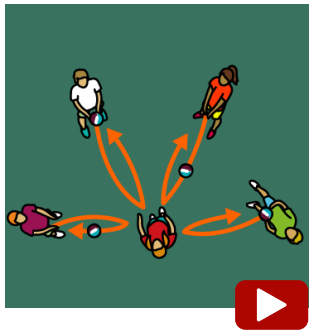
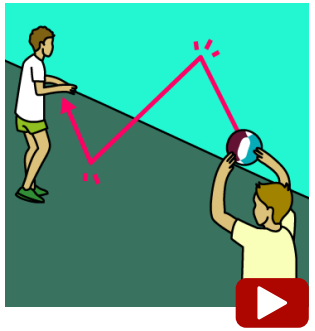
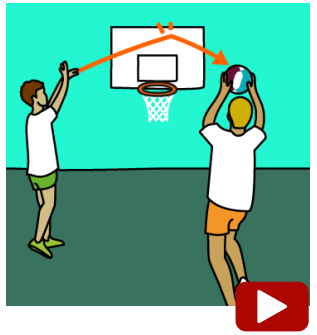
Conditions cadres
- Durée de la leçon: 90 minutes
- Tranche d'âge: 8-20 ans
- Degrés scolaires: primaire (dès 5H), secondaires I et II
- Niveaux de progression: débutants et avancés

Objectifs d'apprentissage
- Travailler le haut du corps de manière ludique.
- Lancer le ballon, jouer en équipe, capter les rebonds offensifs et défensifs.
- Comprendre et appliquer les règles du BaSKILL.

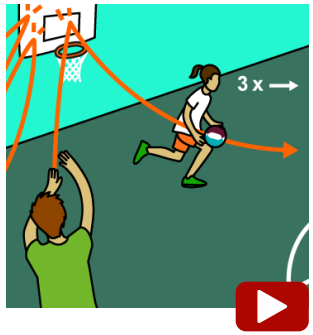
Remarques
- Connaître le règlement du FooBaSKILL (voir pp. 3-6).
- Adapter les jeux et les durées indiquées selon le niveau du groupe.

		Thème/Tâche/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Illustration	Matériel
Mise en train	5'	**Pac-Man** Deux chasseurs dribblent un ballon de la main et poursuivent leurs camarades (sans ballon). Tous se déplacent uniquement sur les lignes de la salle. Lorsqu'un élève est touché de la main par un chasseur, il doit aller chercher un ballon vers l'enseignant et devient à son tour chasseur. Qui sera le dernier élève libre? **Plus difficile** • Dribbler seulement de la main faible.	Pour éviter les blessures, les élèves effectuent cet exercice d'abord en marchant. Ce jeu d'échauffement permet d'équiper tous les élèves avec un ballon pour la suite de la leçon.	• Un SKILLTheBall par élève
	6'	**Rounds** Par deux. Un élève dribble de la main et attaque, son partenaire conduit le ballon au pied et défend. Combien de fois l'attaquant touchera-t-il le ballon adverse avec son pied? Après 30 secondes, inverser les rôles. Changer ensuite d'adversaire (par exemple: un vainqueur contre un vainqueur et un perdant contre un perdant du round précédent). Trois rounds avec pause entre les rounds.	Pour optimiser l'espace à disposition et limiter la vitesse des déplacements (risque de collision), la classe est divisée en deux groupes qui évoluent chacun sur une moitié de salle.	• Un SKILLTheBall par élève
	6'	**Power With Skill (gainage avec ballon)** En appui facial sur une main, dribbler un ballon de l'autre main. • Main droite (30 secondes, suivie d'une pause de 30 secondes). • Main gauche (30 secondes, suivie d'une pause de 30 secondes). • Le plus de changements de main possible en 30 secondes. **Plus facile** • Sur les genoux. • En position assise pour les plus jeunes élèves.	En cercle.	• Un SKILLTheBall par élève

© OFSPO

	Thème/Tâche/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Illustration	Matériel
Partie principale	10' **Visionary (vision périphérique)** Par groupes de cinq à six joueurs. Un élève sans ballon, les autres avec un ballon placés sur un arc de cercle de 180° face à lui. L'élève au centre attrape et renvoie le ballon lancé aléatoirement par ses camarades. Un seul ballon en mouvement (collaboration entre les lanceurs)! Changer les rôles après 30 secondes (dans le sens des aiguilles d'une montre).	Cet exercice améliore la perception, la vision périphérique et la collaboration. Pour éviter les blessures, les élèves effectuent d'abord des passes avec rebond au sol. Ce n'est que dans un deuxième temps qu'ils réalisent des passes directes à deux mains depuis le bas et sans force. 	• Un SKILLTheBall par élèves (sauf l'élève au centre)
	8' **Crazy Wall (folie murale)** Deux équipes de huit joueurs au maximum s'affrontent dans une salle. A l'exception du pas en étoile, les déplacements avec le ballon sont interdits. Chaque passe contre la paroi réussie rapporte un point (voir combinaisons ci-dessous). Un seul rebond au sol est autorisé lors d'une passe; en cas de double rebond, l'équipe qui a touché le ballon en dernier est pénalisée et le remet à l'adversaire. Quelle équipe comptabilisera en premier cinq ou dix points (en fonction du niveau)? **Combinaisons possibles** • Paroi-coéquipier • Paroi-sol-coéquipier • Sol-paroi-coéquipier • Sol-paroi-sol-coéquipier	Sensibiliser les élèves à l'espacement entre eux en situation d'attaque. Attention aux contacts entre les joueurs à proximité des parois. Avec une classe de 20 élèves: cinq contre cinq par demi-terrain. 	• Un SKILLTheBall • Plusieurs jeux de chasubles
	10' **Magic Board (planche magique)** Deux équipes de sept joueurs au maximum s'affrontent dans une salle (sans les lignes latérales et de fond). Elles doivent effectuer au moins cinq passes avant de pouvoir marquer des points contre la planche de leur choix selon les règles du BaSKILL (à l'exception des trois points). **Attribution des points** • Un point: planche + sol • Deux points: planche + rebond offensif • Pas de point: – planche + rebond défensif (le jeu se poursuit) – contact avec l'anneau du panier **Règles** • Passe au sol autorisée. • Un seul rebond au sol autorisé lors d'une passe. En cas de double rebond, l'équipe qui a touché le ballon en dernier est pénalisée et le remet à l'adversaire. • Dribble et marcher interdits. Pas en étoile autorisé. **Plus facile** • Jouer avec toute la paroi derrière le panier en lieu et place de la planche.	Les élèves comptent leurs passes à haute voix. Avec une grande classe, jouer sur un demi-terrain et un panier. 	• Un SKILLTheBall • Plusieurs jeux de chasubles • Deux paniers de basketball

© OFSPO

		Thème/Tâche/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Illustration	Matériel
Partie principale	10'	**Tchoukball** Deux équipes de sept joueurs au maximum s'affrontent sur un terrain selon les règles du BaSKILL (dribble et utilisation des parois). Elles peuvent tirer sur les deux planches, mais au maximum trois fois de suite sur la même (les deux équipes confondues). Dans le cas contraire, le ballon est remis à l'équipe adverse. **Attribution des points (règles du BaSKILL, à l'exception des trois points)** • Un point: planche + sol • Deux points: planche + rebond offensif • Pas de point: – planche + rebond défensif (le jeu se poursuit) – contact avec l'anneau du panier	Après un point marqué ou une faute sifflée, les élèves doivent toucher le sol avec le ballon. Ce geste informe les autres joueurs que le jeu reprend. 	• Un SKILLTheBall • Plusieurs jeux de chasubles • Deux paniers de basketball
	30'	**BaSKILL** Deux équipes de quatre à cinq joueurs s'affrontent sur un terrain selon les règles du BaSKILL (niveaux «débutants» ou «avancés», voir pp. 4-5). Elles défendent le panier de leur camp et attaquent sur celui de la moitié de terrain adverse. Le retour en zone est autorisé.	Pour disposer d'équipes équilibrées, aligner les élèves selon leur niveau au basketball, puis les numéroter en fonction du nombre d'équipes. Placer quatre élèves en pause dans chaque coin de la salle pour l'arbitrage. 	• Un SKILLTheBall • Plusieurs jeux de chasubles • Deux paniers de basketball
Retour au calme	4'	Permettre aux élèves de donner un retour d'informations sur cette nouvelle discipline.		

© OFSPO

FooBaSKILL

Dans cette troisième leçon, les élèves découvrent la forme finale du jeu. Ils mettent en pratique de manière progressive tous les éléments du FooBaSKILL.

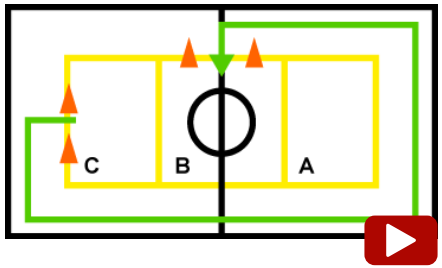
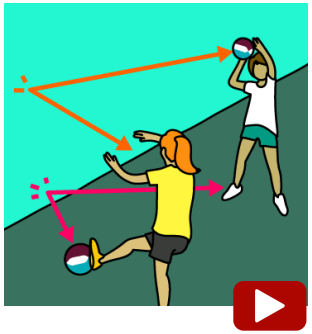
Conditions cadres
- Durée de la leçon: 90 minutes
- Tranche d'âge: 8-20 ans
- Degrés scolaires: primaire (dès 5H), secondaires I et II
- Niveaux de progression: débutants et avancés

Objectifs d'apprentissage
- Travailler la coordination du haut et du bas du corps.
- Etre capable de changer de sport au milieu de terrain (travail de transition).
- Comprendre et appliquer les règles du FooBaSKILL.

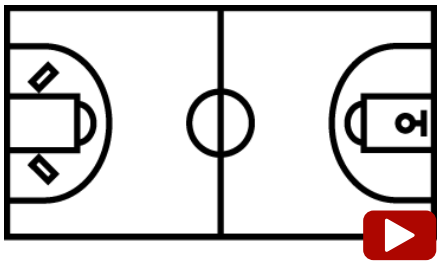
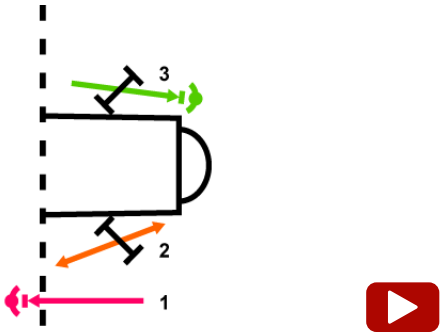
Remarques
- Connaître le règlement du FooBaSKILL (voir pp. 3-6).
- Utiliser un ou plusieurs cônes ou assiettes de marquage en l'absence de SKILLGoal.
- Possibilité de réaliser cette leçon sans caisson (voir FooBaSKILL Outdoor, p. 20).
- Adapter les jeux et les durées indiquées selon le niveau du groupe.

		Thème/Tâche/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Illustration	Matériel
Mise en train	5'	**Ball Handling (maniement du ballon)** Les élèves se déplacent librement dans la salle en dribblant selon la consigne de l'enseignant (main droite, main gauche). Au coup de sifflet, ils changent de sport et conduisent le ballon du même côté (main droite, pied droit). Etc. **Plus difficile** • Alterner main/pied droit et main/pied gauche à chaque dribble. • Se déplacer en arrière.		• Un SKILLTheBall par élève
	10'	**Whistle Change (réaction aux stimuli)** Les élèves se déplacent librement dans la salle en dribblant leur ballon. Lorsque l'enseignant donne: • un coup de sifflet, ils échangent leur ballon avec un camarade; • deux coups, ils changent de sport; • trois coups, ils essaient de marquer un panier ou de frapper le ballon contre la paroi avec le pied selon le sport pratiqué. **Variante** • Diviser la classe en deux: une moitié débute l'exercice en dribblant le ballon de la main, l'autre en le conduisant avec le pied. Lorsque l'enseignant siffle une fois, les élèves échangent leur ballon avec un camarade qui pratique l'autre sport. Lorsqu'il siffle deux fois, ils changent de sport.		• Un SKILLTheBall par élève
	5'	**Transition Hunt (jeu de chasse selon la zone)** Un sport défini par demi-terrain (BaSKILL et FooSKILL). Quatre chasseurs tiennent chacun un chasuble dans leur main et poursuivent leurs camarades. Tous se déplacent librement dans la salle, mais ils doivent dribbler leur ballon de la main ou du pied en fonction de la moitié de terrain dans laquelle ils se trouvent. Lorsqu'un élève est touché de la main par un chasseur, les rôles sont inversés. **Variante** • Au coup de sifflet de l'enseignant, la zone FooSKILL devient BaSKILL et vice-versa. Cela oblige les élèves qui ne se déplaceraient que dans une moitié de terrain à pratiquer l'autre sport.	Un élève touché par un camarade ne peut pas le retoucher.	• Un SKILLTheBall par élève • Quatre chasubles

© OFSPO

		Thème/Tâche/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Illustration	Matériel
Partie principale	10'	**League Games (jeu des ligues)** Les trois zones du terrain de volleyball correspondent chacune à une ligue (A, B et C). Tous les élèves débutent en ligue A. Si leur ballon sort des limites du terrain, ils descendent d'une ligue, s'ils remportent un duel avec un camarade, ils remontent d'une ligue. Un élève qui perd le contrôle de son ballon en ligue C doit effectuer trois quarts du tour de terrain pour rejouer en ligue B (sortie et entrée entre deux cônes). **Formes de jeu** • Match de basketball pendant deux minutes. • Match de football pendant deux minutes. • Match de deux minutes avec alternance du sport toutes les 15 secondes (coup de sifflet de l'enseignant).	Avec de grandes classes, répartir les élèves de manière équitable sur les trois terrains au début du jeu. 	• Un SKILLTheBall par élève • Quatre cônes
	10'	**Coordination By Two (coordination à deux)** Par deux à cinq mètres l'un de l'autre, chacun avec un ballon, les élèves effectuent différentes formes de passes d'abord sans les parois, puis avec celles-ci. L'enseignant choisit deux des trois exercices ci-dessous (pour respecter le timing): • Un élève adresse la passe par le haut (trajectoire horizontale), l'autre par le bas (avec rebond au sol). Au coup de sifflet de l'enseignant, les rôles sont inversés. Variante: Un ballon circule toujours par le haut (trajectoire horizontale) et l'autre par le bas (rebond au sol). Au coup de sifflet, les ballons inversent leur chemin. • Un élève adresse une passe horizontale à son partenaire; celui-ci lance son ballon en l'air, attrape et renvoie le ballon de son coéquipier, puis rattrape le sien. • Un élève adresse une passe avec les mains (trajectoire horizontale), l'autre du pied (passe au sol). Les deux ballons doivent arriver en même temps (arrêt avec les deux mains et de la semelle). Variante: Un élève lance le ballon uniquement avec les mains (trajectoire horizontale) et son partenaire frappe son ballon uniquement du pied. Au coup de sifflet de l'enseignant, les rôles sont inversés. **Plus facile** Avec un seul ballon par paire. • Passes horizontales ou avec rebond à deux mains. Changement de types de passe à chaque coup de sifflet. • Passes du pied et arrêts de la semelle. • S'adresser une passe (trajectoire verticale), puis lancer le ballon à son partenaire (trajectoire horizontale). Variante: Idem, mais en effectuant un tour complet sur soi-même avant de rattraper son propre ballon.	**Conseils** • 1er exercice: le rebond du ballon de la passe par le bas doit se faire aux deux tiers de la distance. • 2e exercice: les élèves doivent attendre que leur partenaire leur lance le ballon avant d'envoyer le leur à la verticale. • 3e exercice: pour simplifier la passe du pied, les élèves roulent le ballon avec la semelle. Le rythme est donné par l'élève qui fait la passe du pied. Tous ces exercices doivent être effectués finalement contre une paroi! 	• Un SKILLTheBall par élève

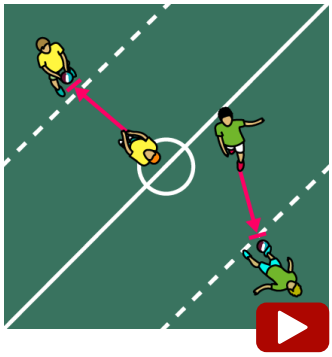
© OFSPO

		Thème/Tâche/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Illustration	Matériel
Partie principale	45'	**FooBaSKILL** Deux équipes de quatre joueurs s'affrontent sur un terrain selon les règles du FooBaSKILL (niveaux «débutants» ou «avancés», voir pp. 4-5). Rappeler en particulier la règle concernant le changement de sport (c'est la position du ballon qui fait foi). Disputer trois matches de 10 minutes. **Exemple:** Avec une classe de 16 élèves, former deux équipes de huit joueurs divisées en deux blocs. Changer de blocs toutes les deux minutes trente et de sport après cinq minutes. **Variantes** • Lorsqu'une équipe réussit un tir à trois points, les rôles s'inversent. Elle conserve la possession du ballon et attaque selon les règles de l'autre sport. • Avec deux SKILLGoal posés sur le sol et la ligne de fond en lieu et place des deux caissons (FooBaSKILL Outdoor, voir p. 20). L'attribution des points pour le BaSKILL est identique à celle du jeu officiel. Elle diffère en revanche pour le FooSKILL: – Un point: passe d'un joueur situé devant la ligne de fond à un coéquipier qui arrête le ballon de la semelle derrière la ligne de fond. – Deux points: but par l'avant ou l'arrière d'un SKILLGoal. – Trois points: but par l'avant ou l'arrière d'un SKILLGoal et réception par un coéquipier qui arrête le ballon de la semelle. Si un défenseur stoppe le ballon de la semelle avant l'attaquant, seuls deux points sont attribués.	Pour disposer d'équipes équilibrées, aligner les footballeurs, les basketteurs et finalement les autres élèves, puis les numéroter en fonction du nombre d'équipes. Attribuer un rôle d'arbitre ou de juge à quatre ou cinq élèves en pause. Exercice de base  Deuxième variante 	• Un SKILLTheBall • Plusieurs jeux de chasubles
Retour au calme	5'	Demander aux élèves de qualifier leur première expérience au FooBaSKILL avec un mot ou un adjectif.		

FooBaSKILL Kids et Outdoor

Deux variantes du FooBaSKILL sont à disposition des établissements scolaires qui ne possèdent pas du matériel officiel.

FooBaSKILL Kids



Cette première variante ne nécessite ni panier de basketball ni but de football. Seules deux zones de fond doivent être définies. Un autre avantage est son mode de comptabilisation aisé des points.

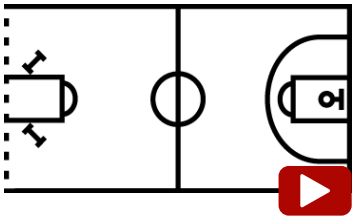
Comme pour le FooBaSKILL, la surface de jeu est composée de deux demi-terrains – l'un dédié au FooSKILL et l'autre au BaSKILL – séparés par une ligne médiane. Le sport pratiqué est dicté par la position du ballon. Deux équipes de quatre à cinq joueurs s'affrontent. Lors de la première mi-temps, la première défend dans le camp BaSKILL et attaque dans le camp FooSKILL, leurs adversaires font le contraire. Lors de la deuxième mi-temps, les équipes inversent les rôles.

Une zone de but est définie dans chacun des deux demi-terrains (possibilité d'utiliser la ligne de fond du terrain de volleyball comme repère). Dans la partie FooSKILL, un point est attribué si un joueur stoppe le ballon de la semelle dans cette zone de but suite à une passe effectuée du pied par l'un de ses coéquipiers en dehors de celle-ci. Si le ballon est intercepté par un adversaire, l'équipe en attaque doit ressortir de la zone de but pour essayer de marquer un point. Dans la partie BaSKILL, le principe est identique si ce n'est que la passe est adressée des mains d'un joueur à celles d'un de ses coéquipiers.

Variante

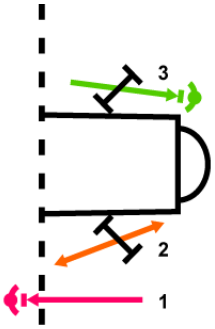
- Avec des zones restrictives (voir p. 8) et deux équipes de huit joueurs au maximum: quatre contre quatre dans le couloir central et deux contre deux dans les couloirs extérieurs. Un point est attribué si la passe est réceptionnée par un joueur du même couloir, deux points si la passe provient d'un autre couloir.

FooBaSKILL Outdoor



Cette seconde variante, qui peut également se pratiquer à l'extérieur, est idéale pour les écoles ne disposant pas de caisson. A défaut de SKILLGoal, il est possible d'utiliser des cônes ou de petites assiettes.

Deux équipes de quatre joueurs s'affrontent sur un terrain. La première équipe défend une ligne de fond à disposition dans la salle (par exemple celle de basketball) et les deux SKILLGoal dans la partie FooSKILL; elle attaque le panier de basketball dans la partie BaSKILL. La deuxième équipe procède de manière inverse. A la mi-temps, elles échangent leurs rôles.



L'attribution des points pour le BaSKILL est identique à celle du jeu officiel. Elle diffère en revanche pour le FooSKILL:

- Un point: passe d'un joueur situé devant la ligne de fond à un coéquipier qui arrête le ballon de la semelle derrière la ligne de fond.
- Deux points: but par l'avant ou l'arrière d'un SKILLGoal avant que le ballon touche une paroi ou franchisse la ligne médiane.
- Trois points: but par l'avant ou l'arrière d'un SKILLGoal et réception par un coéquipier qui arrête le ballon de la semelle avant que le ballon touche une paroi ou franchisse la ligne médiane. Si un défenseur stoppe le ballon de la semelle avant l'attaquant, seuls deux points sont attribués.

Variante

- Avec des zones restrictives (voir p. 8) et deux équipes de cinq joueurs: trois contre trois dans le couloir central et un contre un dans les couloirs extérieurs.

© OFSPO

Indications

Ouvrages

- Meyer, J., (2017): Sport in der gymnasialen Oberstufe: Schulbuch. Aachen: Meyer & Meyer Verlag.

Vidéos

- Playlist FooBaSKILL

Formations

- Pour le corps enseignant, les clubs sportifs et autres organisations

Activités

- Tournois scolaires et événements

Nos remerciements

- aux apprentis de l'Ecole Technique – Ecole des Métiers de Lausanne pour leur participation au tournage vidéo des exercices et à la direction de l'établissement pour la mise à disposition de la salle de sport.

Partenaires

SVSS · ASEP · ASEF | bpa | swiss olympic for the spirit of sport

Pour ce thème du mois

FOOBA SKILL THE GAME™

Impressum

Editeur: Office fédéral du sport OFSPO
2532 Macolin
Auteurs: Michal Lato, Piero Quaceci et Pascal Roserens, inventeurs du FooBaSKILL
Rédaction: mobilesport.ch
Dessins: Rea Christ, reamarisa.com
Vidéos: Pascal Roserens, Karlla Araújo Roserens
Conception graphique: Office fédéral du sport OFSPO

© OFSPO