



Technique : Donner des consignes dans le carré avec ballon aux pieds et ensuite donner une couleur de cône et les joueurs doivent se diriger vers la bonne couleur avec le ballon et recommencer.

Jeu d'éveil et coordination : faire deux circuits de cônes un avec ballon l'autre sans donner des consignes avec le ballon aux pieds dans celui avec ballon et donner des consignes de gestes de coordination dans celui sans s'assurer que faire changer les joueurs de circuits à mi-chemin de l'exercice.

Jeu : trésor dans ma maison chaque équipe a une « maison » et un « coffre aux trésors (ballons) » les joueurs doivent à tour de rôle aller chercher les ballons dans leur coffre pour les amener dans leur maison.

Parcours parents/enfants : Organiser des courses a relais dans l'exemple de gauche les joueurs doivent amener le ballon au cônes ou suivant où se trouve un joueur a qui il doit laisser le ballon qui lui doit faire la même chose jusqu'à ce que le dernier amène le ballon au dernier cônes important d'avoir un cône de plus que de joueur. Dans l'exemple de droite chaque joueur a son ballon vous pouvez y aller de plusieurs variantes comme chaque joueur doit passer les cônes en slalom ou le premier se dirige vers le premier cône avec son ballon le deuxième au deuxième etc. vous pouvez aussi laisser seulement deux cônes et les joueurs doivent aller tourner autour du cône a l'autre bout et revenir porter le ballon au joueur suivant. N'hésiter pas à laisser aller votre imagination et surtout a changé les équipes de façon à les équilibrer le plus possible.