

## 4. Qualité de différenciation

**A.** 

"A" choisit deux balles différentes (ex. handball/tennis), les fait rebondir **simultanément** sur les 9 premiers mètres et sans s'arrêter, il les dribble de façon **alternée** sur les 9 m. suivants.

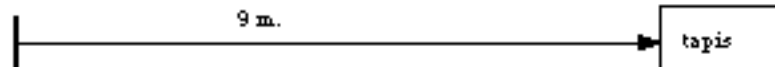
**2 essais - 1 pt. par distance de 9m. sans faute.**

**B.** Mesurer la distance correspondant à 5 sauts de grenouille (= distance de référence)

Répéter le même exercice les yeux fermés :

- jusqu'à  $\pm 10$  cm. de différence : 2pts.
- jusqu'à  $\pm 20$  cm. de différence : 1pt.
- plus de 20 cm. : 0 pt.

**2 essais.**

**C.** 

Le joueur lance 4 balles différentes sur le tapis.

**1 pt par balle qui touche le tapis.**

