

Le jeu de la grille

Objectif Educatif :

Encourager la communication

À la fin de la séance, les enfants seront capables de :

- Mieux communiquer entre eux
- Se faire confiance pour mieux communiquer ensemble

Objectif Physique :

Se repérer dans l'espace

- Orientation
- Précision gestuelle sans la vue

MATÉRIEL



15 foulards



2 lots identiques de
60 objets en tout :
chasubles coupelles,
plots, ballons...



60 min



30 m



30
enfants



6 - 9 ans



ECHAUFFEMENT

10'

Echauffement général (6 minutes) : Les enfants effectuent en groupe et en courant 2 tours de terrains (2 minutes). Puis créer plusieurs lignes avec des groupes d'enfants qui se déplacent (en aller retour sur 8 – 10 mètres) les uns derrière les autres, en imitant des déplacements d' animaux (éléphant, grenouille, lapin, gazelle, crabe, kangourou, guépard ...). Choisissez des déplacements permettant d'échauffer les parties du corps qui seront les plus sollicités durant le jeu (4 minutes). Vous pouvez vous aider de l'annexe « Echauffement » dans le Manuel de l'animateur.

Echauffement spécifique (4 minutes) : Les enfants forment des binômes: 1 manchot (qui ne peut utiliser ses mains) et un aveugle (qui porte un foulard sur les yeux). Les binômes se déplacent dans l'espace. Au signal de l'animateur, ils doivent ramasser un objet et le rapporter à l'animateur. Au bout de 2 minutes, changer les rôles des binômes.

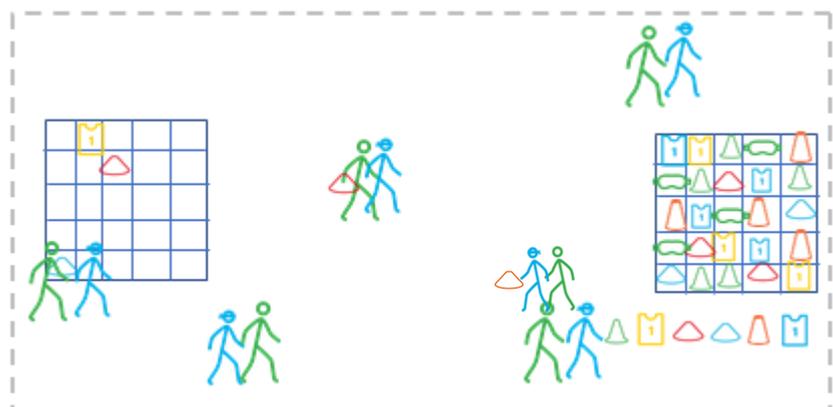


COEUR DE LA SÉANCE

40'

BUT DU JEU

Réussir à reproduire le plus rapidement possible la grille sans erreur.



Le jeu de la grille

CONSIGNES

Avant le jeu, l'animateur dessine sur le sol une grille d'environ 5 mètres sur 5 mètres, constituée de 25 cases. Dans chaque case il y dépose un ou plusieurs objets. A coté de cette grille, il place en ligne, les mêmes objets. À 30 mètre il dessine une grille identique mais la laisse vide.

15 joueurs sont désignés comme aveugles: ils portent un foulard sur les yeux mais peuvent utiliser leurs mains.
15 joueurs sont désignés comme manchots: ils ne peuvent pas utiliser leurs mains, mais peuvent voir.
Laisser les enfants former leur binôme. Tous les enfants jouent en même temps et doivent s'organiser pour reproduire à l'identique la grille pleine en déplaçant les objets situés à côté dans la grille vide.

Quand ils ont réussi, créer une nouvelle grille et échanger les rôles, voir même les binômes.
Si vous avez le temps de faire d'autres manches, pour pouvez interdire aux binômes de se toucher (pour obliger la communication verbale).
Si il y a beaucoup d'enfants, il est possible de faire deux grilles vides.

RÈGLES

Les aveugles ont interdiction de retirer leur foulard.
Les manchots ont interdiction d'utiliser leurs bras et de toucher les objets.
Chaque binôme peut transporter un objet maximum à la fois.
La communication dans les binômes doit être amical. Un manchot qui est méchant avec son aveugle, devient l'aveugle.

VARIABLES / ÉVOLUTIONS

Simplification:

Diminuer la taille de la grille et le nombre d'objets.

Complexification/ évolution:

Mettre un temps maximum pour remplir la grille vide.
Disperser aléatoirement sur le terrain les objets servant à compléter la grille vide.

Je responsabilise les enfants :

Ils dessinent eux-mêmes la grille vide pendant que l'animateur remplit l'autre grille. Ils vérifient eux-mêmes après chaque manche que la grille remplie est identique au modèle.



RETOUR AU CALME

 10'

QUESTIONS

- Quelles difficultés avez-vous rencontrées ?
- Comment les avez-vous dépassées ?
- Était-ce facile de se faire comprendre ?

PISTES D'ÉCHANGES

- J'ai besoin des autres pour jouer, progresser et atteindre mes objectifs.
- Pour bien coopérer, je dois faire confiance aux autres.
- La coopération passe par la communication.

Le mille-pattes

Objectif Educatif :

Favoriser la participation de tous

À la fin de la séance les enfants seront capables de :

- Réaliser une action collectivement
- S'organiser entre eux pour atteindre un objectif

Objectif Physique :

Attraper et passer un objet

- Coordination motrice
- Réactivité et rapidité d'action

MATÉRIEL



30 chasubles / foulards



6 plots



1 cerceau



1 sifflet



1 chronomètre



50 min



Étoile de
5 m



30
enfants



6 - 9 ans



ECHAUFFEMENT

10'

Echauffement général (6 minutes) : Les enfants effectuent en groupe et en courant 2 tours de terrains (2 minutes). Puis créer plusieurs lignes avec des groupes d'enfants qui se déplacent (en aller retour sur 8 – 10 mètres) les uns derrière les autres, en imitant des déplacements d' animaux (éléphant, grenouille, lapin, gazelle, crabe, kangourou, guépard ...). Choisissez des déplacements permettant d'échauffer les parties du corps qui seront les plus sollicités durant le jeu (4 minutes). Vous pouvez vous aider de l'annexe « Echauffement » dans le Manuel de l'animateur.

Echauffement spécifique (4 minutes) : Former des binômes. Les enfants se mettent dos à dos et glissent entre eux un ballon, plot ou cône, qu'ils doivent faire tenir par pression sans qu'il tombe au sol et sans l'aide des mains. Les binômes se déplace obligatoirement sur le terrain. Toutes les 30 secondes, au coup de sifflet, ils doivent changer de binôme.

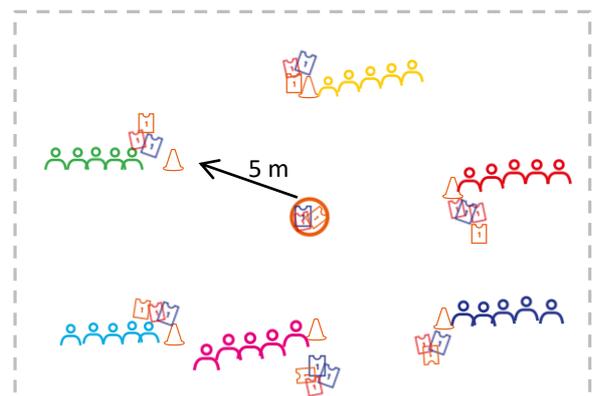


COEUR DE LA SÉANCE

30'

BUT DU JEU

Les mille-pattes doivent réunir le plus de chasubles possible dans le cerceau central. Il n'y a pas de compétition entre eux.



Le mille-pattes

CONSIGNES

Former 6 mille-pattes de 5 joueurs. Au début du jeu, ils sont chacun positionnés à côté d'une coupelle, à 5 mètres d'un cerceau central. Chaque mille-pattes dispose de 5 chasubles (déposées à leur plot) et a pour but d'en apporter le maximum dans le cerceau.

Conseil : les chasubles ne sont pas distribuées par couleur aux équipes pour ne pas encourager la compétition.

Chaque équipe forme un mille-pattes : les joueurs se placent les uns derrière les autres et se tiennent par les épaules. Ils doivent toujours être en contact au moins d'une main. Pour apporter une chasuble au centre, les joueurs doivent la faire passer un par un, du premier au dernier membre du mille-pattes. Quand le dernier de la chaîne a la chasuble dans les mains, il est autorisé à se détacher et à courir se positionner devant le premier joueur de la chaîne. Ils poursuivent jusqu'à ce que le mille-pattes atteigne le cerceau et puisse y déposer la chasuble. Les joueurs ont alors le droit de se détacher et ils retournent en courant à leur point de départ reconstituer le mille-pattes et recommencer avec une nouvelle chasuble.

A la fin de 5 minutes, arrêter le jeu et compter le nombre de chasubles présentes dans le cerceau.

On relance le jeu avec comme objectif d'amener plus de chasubles que la partie précédente. Vous pouvez faire 4 à 5 parties en ajoutant progressivement des contraintes et variables.

Exemples de contraintes :

Faire passer la chasuble sous les jambes des joueurs / au dessus des têtes / garder au minimum un bras tendu pour toucher l'épaule du partenaire devant, ...

RÈGLES

Ne jamais se lâcher, il doit toujours y avoir un contact entre les joueurs (sauf le dernier de la chaîne lorsqu'il récupère la chasuble)

Un joueur attaché à la chaîne ne peut pas bouger les pieds.

La chasuble doit être passée par tous les membres du mille-pattes pour que le dernier se détache.

Un mille-pattes peut transporter une seule chasuble à la fois.

VARIABLES / ÉVOLUTIONS

Simplification:

Augmenter la durée d'une partie ou réduire la distance entre les équipes et le cerceau.

Je responsabilise les enfants :

Les enfants inventent et mettent en place de nouvelles contraintes dans la chaîne.



RETOUR AU CALME

🕒 10'

QUESTIONS

- Est-ce que vous avez aimé ce jeu ? Pourquoi ?
- Pour réussir ce jeu, que deviez-vous faire individuellement et collectivement ?
- Dans un jeu, si les autres joueurs ne jouent jamais avec vous, qu'est ce que vous ressentez ?
- Pourquoi est ce que c'est important de jouer avec tout le monde ?

PISTES D'ÉCHANGES

- Chaque joueur a un rôle essentiel dans l'équipe et contribue à la réussite collective.
- La coopération est le meilleur moyen pour réussir.
- Au-delà des différences, tout le monde peut jouer ensemble.

Poules - Renards – Vipères

Objectif Educatif :

Mettre en place des stratégies collectives

A la fin de la séance, les enfants seront capables de :

- Se concerter pour prendre des décisions collective
- Faire évoluer leurs stratégies

Objectif Physique :

Courir et éviter un adversaire

- Endurance
- Vivacité

MATÉRIEL

-  3 jeux de chasubles
-  3 jeux de 15 foulards
-  20 plots



50 min



40*40 m



30
enfants



10 - 12
ans



ECHAUFFEMENT

 10'

Echauffement général (6 minutes) : Les enfants effectuent en groupe et en courant 2 tours de terrains (2 minutes). Puis créer plusieurs lignes avec des groupes d'enfants qui se déplacent (en aller retour sur 8 – 10 mètres) les uns derrière les autres, en imitant des déplacements d'animaux (éléphant, grenouille, lapin, gazelle, crabe, kangourou, guépard ...). Choisissez des déplacements permettant d'échauffer les parties du corps qui seront les plus sollicités durant le jeu (4 minutes). Vous pouvez vous aider de l'annexe « Echauffement » dans le Manuel de l'animateur.

Echauffement spécifique (4 minutes) : 4 joueurs forment une colonne en se tenant par les épaules. Ils n'ont pas le droit de se lâcher. Un 5^{ème} joueur, « le chat », se positionne face au premier enfant de la colonne, à une distance de 5 mètres. Il doit réussir à toucher le dernier joueur de la colonne. Pour protéger le dernier maillon, les joueurs peuvent bouger sans se décrocher et le premier joueur de la colonne peut toucher le chat. Si il y parvient, le chat recule de 5 mètres. Si le chat parvient à toucher le dernier joueur, il prend sa place et le premier de la colonne devient le chat.

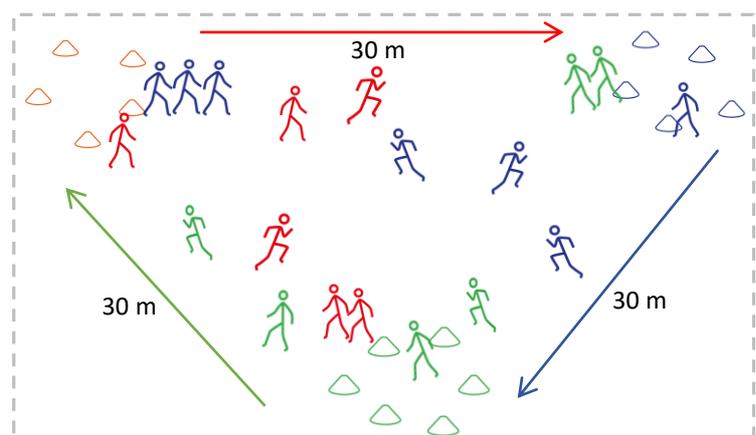


COEUR DE LA SÉANCE

 30'

BUT DU JEU

Conserver le plus grand nombre de joueurs sur le terrain / avoir le plus de prisonniers dans son camp à la fin de chaque manche.



Poules – Renards - Vipères

CONSIGNES

Former 3 équipes de 10 joueurs : les poules, les renards et les vipères. Placer 3 camps en triangle, à la même distance les uns des autres (30 mètres).

- Les renards mangent les poules mais se font manger par les vipères.
- Les vipères mangent les renards mais se font manger par les poules.
- Les poules mangent les vipères mais se font manger par les renards.

Les joueurs doivent toucher à 2 mains leurs proies pour les faire prisonniers, mais ils doivent faire attention à ne pas se faire toucher par leurs prédateurs. Les prisonniers sont amenés dans le camp de leurs prédateurs et forment une chaîne en se tenant la main. Un joueur au moins doit avoir les deux pieds dans la prison. Si un de leurs coéquipiers parvient à taper dans la main du premier joueur de la chaîne, tous les prisonniers sont délivrés.

Phase 1 : Le jeu s'arrête lorsqu'une équipe a mangé toutes ses proies (ou après 7 minutes).

Phase 2 : Introduire une nouvelle règle en imposant 3 rôles différents au sein de chaque équipe.

Exemple pour les poules :

- **Attaquant** : la poule doit manger les vipères mais ne peut pas protéger son camp ni libérer ses prisonniers.
- **Défenseur** : la poule doit uniquement protéger son camp des vipères qui veulent libérer les prisonniers.
- **Libérateur** : la poule essaie de libérer ses équipiers prisonniers chez les renards.

Les rôles sont symbolisés par 3 couleurs de foulard à s'attacher autour du bras. Chaque équipe dispose de 5 foulards de chaque rôle qu'elle peut répartir comme elle veut (si vous avez des équipes de 10, il restera donc 5 foulards non utilisés par équipe). Les rôles peuvent changer tout au long du jeu à condition qu'il y ait au minimum un joueur par rôle.

Le jeu s'arrête lorsqu'une équipe a mangé toutes ses proies (ou après 7 minutes).

Phase 3 : Relancer une 3^{ème} manche identique, mais avant de commencer, laisser 3 minutes à chaque équipe pour élaborer une stratégie collective. L'animateur passe dans les équipes pour aider les enfants à développer leurs stratégies.

RÈGLES

Toucher l'adversaire à 2 mains pour le faire prisonnier. Le joueur touché est amené au camp de la personne qui l'a touché (le prédateur qui amène sa proie dans sa prison ne peut pas être touché).

Les prisonniers doivent former une chaîne et au moins une personne doit être dans la prison.

Il est interdit de pénétrer dans sa prison, ni dans celles des autres (sauf les prisonniers).

Dans les manches 2 et 3, il est interdit de faire autre chose que le rôle attribué.

VARIABLES / ÉVOLUTIONS

Simplification:

Rapprocher les camps, diminuer les temps de jeux.

Je responsabilise les enfants :

Ils s'auto arbitrent, l'animateur n'intervient pas dans le respect des règles, sauf en cas de litige.



RETOUR AU CALME

🕒 10'

QUESTIONS

- Était-ce difficile d'être en même temps chasseur et proie ? Pourquoi ?
- Comment vous êtes vous répartis les rôles ? Avez-vous changé en cours de partie ? Pourquoi ?
- Que s'est-il passé après avoir discuté tous ensemble ? Était-ce utile d'échanger collectivement ? Pourquoi ?

PISTES D'ÉCHANGES

- La communication au sein de l'équipe permet de créer des stratégies collectives pour atteindre plus facilement le but du jeu.
- En discutant tous ensemble, on valorise chaque joueur en fonction de ses habilités.
- C'est en discutant des problèmes que l'on trouve des solutions.

Balle américaine

Objectif Educatif :

Encourager les filles et les garçons à jouer ensemble

À la fin de la séance, les enfants seront capables de :

- Jouer ensemble, garçons et filles, au sein d'une même équipe.
- Reconnaître que la mixité rend un jeu tout aussi ludique et motivant, voir davantage.

Objectif Physique :

Lancer, recevoir et éviter un ballon

- Vivacité
- Précision du lancé
- Esquive

MATÉRIEL



4 plots minimum pour délimiter le terrain



2 à 3 ballons



2 jeux de 15 chasubles



50 min



40 * 30 m



30 enfants



10 - 12 ans



ECHAUFFEMENT

10'

Echauffement général (6 minutes) : Les enfants effectuent en groupe et en courant 2 tours de terrains (2 minutes). Puis créer plusieurs lignes avec des groupes d'enfants qui se déplacent (en aller retour sur 8 – 10 mètres) les uns derrière les autres, en imitant des déplacements d'animaux (éléphant, grenouille, lapin, gazelle, crabe, kangourou, guépard ...). Choisissez des déplacements permettant d'échauffer les parties du corps qui seront les plus sollicités durant le jeu (4 minutes). Vous pouvez vous aider de l'annexe « Echauffement » dans le Manuel de l'animateur.

Echauffement spécifique (4 minutes) : Constituer 2 équipes de 15 joueurs. Les joueurs de l'équipe 1 ont le ballon. Ils doivent réussir à se faire 5 passes sans faire tomber la balle et sans qu'elle soit interceptée par l'équipe 2. Les joueurs comptent à haute voix. A partir de la 5^{ème} passe, ils doivent toucher un joueur de l'équipe adverse avec le ballon. S' ils y parviennent, ils marquent 1 point. Si la balle tombe ou est interceptée par un joueur de l'équipe adverse, la balle passe à l'autre équipe. Aucun contact autorisé. Pas de déplacement avec la balle en main.

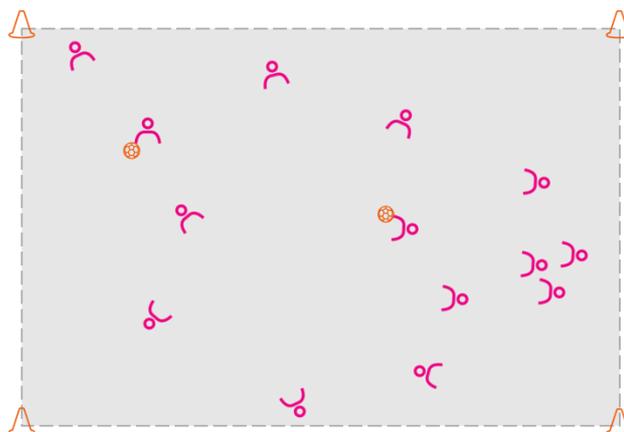


COEUR DE LA SÉANCE

30'

BUT DU JEU

Être le dernier joueur / la dernière équipe en jeu OU être encore en jeu dans la limite de temps imposée d'une partie.



Balle américaine

CONSIGNES

Phase 1 : C'est une partie de « balle américaine » où chacun joue pour soi. Au départ, tous les joueurs sont à l'intérieur du terrain. Au signal, l'animateur lance un ballon. Le joueur qui récupère le ballon doit le lancer sur un autre joueur pour le toucher. Si le ballon touche le sol avant de toucher un joueur, ou qu'il est « gobé » (attrapé sans avoir touché le sol), cela ne compte pas comme une touche et le jeu se poursuit.

Tout joueur touché doit sortir des limites du terrain pour patienter. Il peut rentrer sur le terrain et participer de nouveau dès que le joueur qui l'a touché est à son tour touché et sorti.

La partie s'arrête lorsqu'il ne reste qu'un seul joueur sur le terrain (cela signifierait qu'il a touché tous les autres) OU que la limite de temps de 7 minutes est atteinte (les joueurs encore en jeu au signal sont alors déclarés vainqueurs).

Phase 2 : Le jeu devient collectif. On forme deux équipes non mixtes : une équipe de garçons et une équipe de filles. Les consignes restent les mêmes mais les joueurs d'une même équipe peuvent se faire des passes. La partie s'arrête lorsque tous les joueurs d'une même équipe sont sortis du terrain OU que la limite de temps de 7 minutes est atteinte. Laisser 3 minutes avant de commencer pour que chaque équipe s'organise.

Phase 3 : Identique à la phase 2 mais cette fois on impose de faire 2 équipes mixtes.

RÈGLES

Il est interdit de sortir des limites du terrain tant que l'on n'est pas touché

Il est interdit de lancer le ballon dans la tête ou le visage (cela ne compte pas comme une touche)

Il est interdit de faire plus de trois pas avec le ballon en main

Il est autorisé de se faire des passes (dès la phase 1)

VARIABLES / ÉVOLUTIONS

Simplification :

Interdire le déplacement au porteur du ballon (aucun pas autorisé)

Complexification / évolution :

Ajouter un deuxième ou un troisième ballon.

Tout ballon lancé qui est « gobé » par le joueur visé (attrapé sans avoir touché le sol) élimine le lanceur.

Je responsabilise les enfants :

Ils repèrent eux-mêmes les joueurs qui doivent sortir et entrer en jeu en fonction des personnes touchées.



RETOUR AU CALME

 10'

QUESTIONS

- Quelle partie du jeu avez-vous préférée : la partie individuelle, collective mixte ou collective non-mixte ?
- Avez-vous vu une différence entre la phase 2 et 3 ?
- Est-ce qu'il y avait une différence de niveau entre les garçons et les filles ?
- Est-ce que les garçons et les filles peuvent jouer aux mêmes jeux ?

PISTES D'ÉCHANGES

- Les filles et les garçons ont le même droit de jouer et de s'amuser.
- Filles comme garçons apportent quelque chose à l'équipe et peuvent coopérer.
- On peut s'amuser tous ensemble, garçons et filles. La mixité est une richesse.

Objectif Éducatif :

Respecter le matériel

A la fin de la séance, les enfants auront compris que:

- Le matériel est un bien commun qu'ils ont tous intérêt à respecter

Objectif Physique :

Courir en évitant des adversaires

- Endurance
- Sprint sur courte distance
- Esquive et vivacité

MATÉRIEL

-  2 jeux de chasubles
-  40 plots / coupelles
-  40 à 60 foulards



ECHAUFFEMENT

 10'

Echauffement général (6 minutes) : Les enfants effectuent en groupe et en courant 2 tours de terrains (2 minutes). Puis créer plusieurs lignes avec des groupes d'enfants qui se déplacent (en aller retour sur 8 – 10 mètres) les uns derrière les autres, en imitant des déplacements d' animaux (éléphant, grenouille, lapin, gazelle, crabe, kangourou, guépard ...). Choisissez des déplacements permettant d'échauffer les parties du corps qui seront les plus sollicités durant le jeu (4 minutes). Vous pouvez vous aider de l'annexe « Echauffement » dans le Manuel de l'animateur.

Echauffement spécifique (4 minutes) : Faire 5 ou 6 groupes en les positionnant en colonne sur un côté du terrain. C'est un relais, où chaque enfant de chaque groupe doit faire le plus vite possible la traversée du terrain en aller-retour, avant de taper dans la main du coéquipier suivant. L'objectif pour chaque joueur est de slalomer au moins 10 objets (au choix) sur l'aller retour. Positionner 40 coupelles aléatoirement sur le terrain.

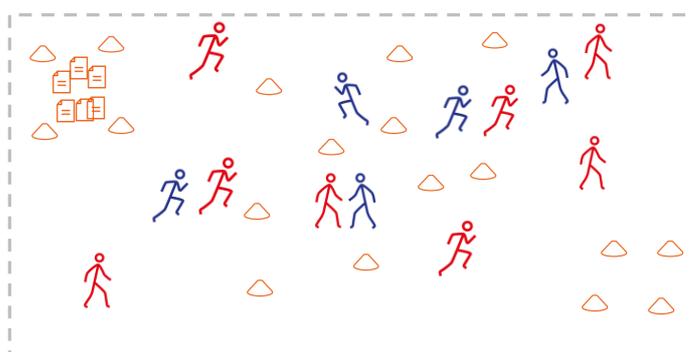


COEUR DE LA SÉANCE

 20'

BUT DU JEU

Être l'équipe à avoir sauvé le plus de foulards quand elle avait le rôle de protecteur.



Casseurs – Protectors

CONSIGNES

Répartir les enfants en 2 équipes : « les protecteurs » et « les casseurs ». Délimiter 2 zones aux 2 extrémités du terrain en positionnant les foulards dans une des zones, appelée « Zone à détruire ». L'autre zone s'appelle « Zone protégée ».

Les protecteurs doivent sauver le plus de matériel possible en déplaçant les foulards de la zone à détruire vers la zone protégée. Pour cela, chaque joueur protecteur prend un foulard, le cache sur lui et essaye de traverser le terrain des casseurs sans se faire toucher (à 2 mains). S'il y parvient, il dépose son foulard dans la zone protégée.

Les protecteurs touchés par les casseurs doivent s'arrêter. Le casseur a 2 essais pour deviner où le foulard est caché, en touchant du doigt. Si le foulard est trouvé, le protecteur le ramène dans la zone à détruire en marchant, puis peut reprendre un autre foulard. Si non, le protecteur peut repartir libre et continuer son chemin.

La partie dure 8 minutes. Compter le nombre de foulards sauvés par les protecteurs, puis relancer une nouvelle partie de 8 minutes en inversant les rôles.

L'équipe gagnante est celle qui a sauvé le plus de foulards lorsqu'elle était dans le rôle des protecteurs.

RÈGLES

Il est interdit pour tous les joueurs de toucher une coupelle posée au sol. S'il en touche une, il doit la ramener, en marchant, à l'animateur avant de reprendre le jeu.

Il est interdit de transporter plusieurs foulards en même temps.

Il est interdit de cacher les foulards dans les sous-vêtements.

Il est interdit pour les protecteurs de changer sa cachette pour un même foulard.

Les casseurs doivent toucher les protecteurs à 2 mains, mais sans violence.

Il est interdit pour un casseur de retoucher un protecteur qu'il a déjà touché et qui a le même foulard.

Il est interdit pour les casseurs de rentrer dans les zones des protecteurs. Mais les protecteurs ne peuvent pas rester plus de 10 secondes dans chacune des 2 zones.

VARIABLES / ÉVOLUTIONS

Simplification / Complexification :

Augmenter à 3 ou diminuer à 1 le nombre d'essais pour trouver le foulard.

Donner des conseils aux protecteurs : partir sans matériel pour faire diversion, idées de cachettes, ...

Je responsabilise les enfants :

Ils s'occupent du décompte des foulards et de leur remise en place entre les 2 parties.



RETOUR AU CALME

🕒 10'

QUESTIONS

- Que symbolisaient les foulards?
- A quoi sert le matériel dans un jeu, dans la vie? Pourquoi faut-il en prendre soin ?
- Comment puis-je en prendre soin au quotidien?
- Si je vois du matériel cassé ou abîmé, que dois-je faire ? Et si c'est moi qui le casse?

PISTES D'ÉCHANGES

- Le matériel est la responsabilité de chacun. Tout le monde doit y faire attention pour pouvoir en profiter le plus longtemps possible.
- Ici, on prend soin du matériel sportif pour pouvoir continuer à jouer, mais je dois également prendre soin du matériel scolaire, de mes vêtements, des équipements publics ...
- Si j'abîme du matériel, il est préférable de le signaler, pour pouvoir le réparer avant que ce ne soit plus possible.

Les cerceaux roulants

Objectif Educatif :

Respecter les autres joueurs

À la fin de la séance, les enfants seront capables de :

- S'applaudir et s'encourager les uns les autres
- Ne pas blâmer, critiquer un partenaire ou un adversaire en cas d'échec

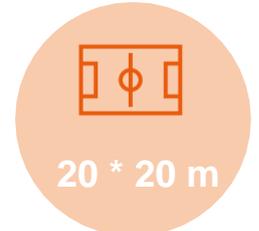
Objectif Physique :

Développer la coordination des membres supérieurs

- Précision des lancés de balles et de cerceaux
- Rapidité d'exécution d'un lancé

MATÉRIEL

-  3 ou 4 jeux de chasubles
-  8 cerceaux ronds
-  8 plots
-  4 balles (hand par exemple)



ECHAUFFEMENT

 10'

Echauffement général (6 minutes) : Les enfants effectuent en groupe et en courant 2 tours de terrains (2 minutes). Puis créer plusieurs lignes avec des groupes d'enfants qui se déplacent (en aller retour sur 8 – 10 mètres) les uns derrière les autres, en imitant des déplacements d' animaux (éléphant, grenouille, lapin, gazelle, crabe, kangourou, guépard ...). Choisissez des déplacements permettant d'échauffer les parties du corps qui seront les plus sollicités durant le jeu (4 minutes). Vous pouvez vous aider de l'annexe « Echauffement » dans le Manuel de l'animateur.

Echauffement spécifique (4 minutes) : Répartir les enfants en 4 groupes de 7 ou 8. Pour chaque groupe, 4 enfants se font des passes avec leurs 2 cerceaux, en les faisant rouler. Il sont positionnés en carré, n'ont pas le droit de bouger et les passes traversent le carré (joueurs en diagonal). Les 3 ou 4 autres joueurs sont autour du carré, se font des passes avec un ballon et essaient de l'envoyer dans un des 2 cerceaux en train de rouler. Alternier pour que les enfants testent les deux rôles.

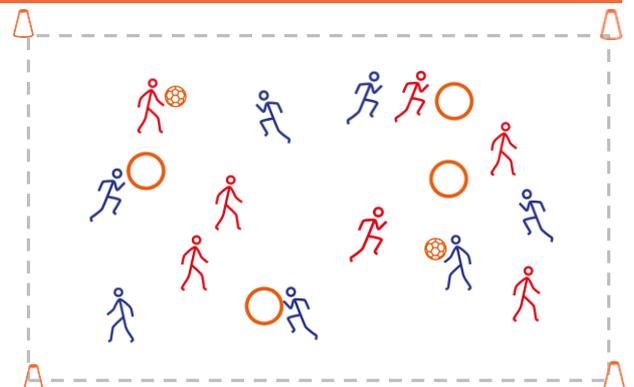


COEUR DE LA SÉANCE

 30'

BUT DU JEU

Pour remporter une manche, éliminer tous les cerceaux de l'équipe adverse en envoyant une balle dedans, sans se faire éliminer ses propres cerceaux.



Les cerceaux roulants

CONSIGNES

Faire 4 équipes de 7 ou 8 joueurs, réparties sur 2 terrains, où 2 équipes s'affrontent par terrain.

Chaque équipe possède 2 cerceaux qu'elle doit protéger et un ballon, qui leur permet d'éliminer des cerceaux adverses.

Les joueurs de chaque équipe se font des passes avec leurs 2 cerceaux en les faisant rouler au sol. Si un ballon lancé par un adversaire traverse un de leurs cerceaux pendant qu'il roule, ce cerceau est éliminé (que le lancé soit avec ou sans rebond). Quand une équipe n'a plus de cerceau, elle a perdu.

Les joueurs se font également des passes avec le ballon.

Une partie dure 7 minutes, sauf si une équipe perd ses 2 cerceaux avant.

Faire rencontrer toutes les équipes, et donc proposer 3 parties.

RÈGLES

Les cerceaux doivent toujours rester au sol et être tenus à la verticale.

Il est interdit pour un enfant d'avoir un cerceau et un ballon en même temps.

Il est interdit de se déplacer avec un cerceau et avec un ballon. Mais sans matériel, les déplacements sont libres.

Il est interdit de garder le cerceau ou le ballon avec soi plus de 5 secondes.

Il est interdit de transmettre le cerceau de main à main à un partenaire, il doit être lancé sur une distance d'au moins 3 mètres.

Si en passant le cerceau, celui-ci tombe au sol, le partenaire le plus proche le ramasse.

VARIABLES / ÉVOLUTIONS

Simplification:

Un cerceau est éliminé même si un ballon touche le cadre du cerceau.

Les enfants peuvent faire 3 pas avec un cerceau ou avec le ballon.

Complexification/ évolution:

Ajouter un second ballon par équipe.

Imposer que chaque joueur d'une équipe lance le ballon au moins 1 fois, avant qu'un joueur puisse lancer une seconde fois.

Je responsabilise les enfants :

L'arbitrage se fait par les équipes elles-mêmes.



RETOUR AU CALME

 10'

QUESTIONS

- Est-ce que tous les joueurs ont lancé le même nombre de fois le ballon? Pourquoi?
- Comment ont réagi vos coéquipiers et adversaires lorsque vous avez raté des tirs? Qu'avez-vous ressenti face à cet échec et face à ces réactions?
- Est-ce normal que les réactions ne soient pas les mêmes en cas de réussite ou d'échec, que ce soit des partenaires ou des adversaires?
- Que signifie « respecter les autres »? Comment cela doit se traduire sur un terrain?

PISTES D'ÉCHANGES

- Le respect de l'autre sur un terrain de sport ne doit pas être associé uniquement à des coéquipiers qui réussissent. Tous mes coéquipiers et mes adversaires méritent le respect.
- La passion du jeu ne doit pas entraîner la violence, les moqueries, l'individualisme.

Objectif Educatif :
Se respecter soi-même

A la fin de la séance, les enfants seront capables de :

- Respecter leurs capacités physiques
- Se fixer des objectifs atteignables

Objectif Physique :
Lancer et attraper

- Précision des lancés
- Course vitesse
- Réception de la balle et passe

MATÉRIEL

-  2 jeux de chasubles
-  2 ballons de handball
-  12 plots
-  1 cerceau



ECHAUFFEMENT

 10'

Echauffement général (6 minutes) : Les enfants effectuent en groupe et en courant 2 tours de terrains (2 minutes). Puis créer plusieurs lignes avec des groupes d'enfants qui se déplacent (en aller retour sur 8 – 10 mètres) les uns derrière les autres, en imitant des déplacements d' animaux (éléphant, grenouille, lapin, gazelle, crabe, kangourou, guépard ...). Choisissez des déplacements permettant d'échauffer les parties du corps qui seront les plus sollicités durant le jeu (4 minutes). Vous pouvez vous aider de l'annexe « Echauffement » dans le Manuel de l'animateur.

Echauffement spécifique (4 minutes) : Constituer 2 équipes de 15 joueurs. Chacune forme un cercle. Elles doivent réussir à se faire 15 passes sans faire tomber la balle. Les joueurs comptent à haute voix. La première équipe qui fait 15 passes a gagné. Si la balle tombe, recommencer de 0. À chaque manche, tous les joueurs reculent d'un pas. Interdiction de donner la balle à son voisin, et tous les joueurs doivent avoir touché la balle.

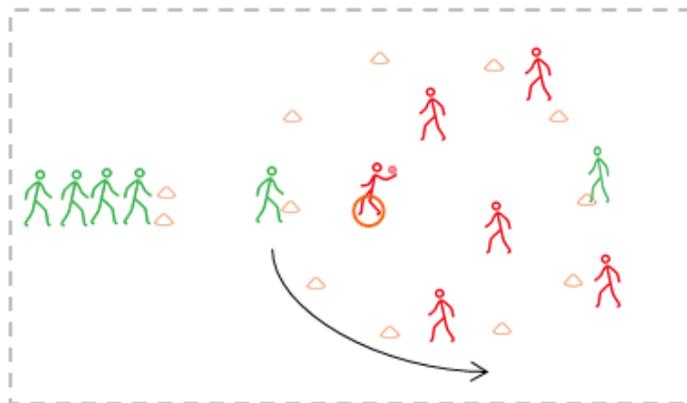


COEUR DE LA SÉANCE

 40'

BUT DU JEU

Les attaquants doivent faire le tour du terrain sans se faire éliminer par les défenseurs. L'équipe qui marque le plus de points remporte la partie.



CONSIGNES

Former 2 équipes de 15, une équipe d'attaquants et une équipe de défenseurs. Les défenseurs se dispersent sur le terrain. Les attaquants se placent en file indienne derrière le cône à l'extérieur du cercle. Le premier attaquant s'avance au premier plot. Un des défenseurs se place au poste de lanceur dans un cerceau placé à 3 mètres du plot de l'attaquant (changer régulièrement ce poste – interdiction de sortir du cerceau). Il lance la balle en cloche à l'attaquant qui doit l'envoyer le plus loin possible devant lui (avec une ou ses 2 mains). Une fois la balle lancée, l'attaquant part immédiatement en courant dans le sens de la flèche en contournant les plots. Pendant ce temps, les défenseurs récupèrent la balle et se font des passes pour la transmettre le plus rapidement possible au lanceur. Quand celui-ci la récupère il crie «STOP». L'attaquant doit être revenu à son point de départ ou arrêté sur l'un des plots quand le «stop» est annoncé, sinon il est éliminé. S'il est sur un plot, il pourra continuer son tour lorsque le prochain attaquant lancera.

Le deuxième attaquant s'avance et lance à son tour. Quand tous les attaquants sont passés, les rôles s'inversent.

Comptage des points : 1 tour en 1 fois = 3 pts - 1 tour en plusieurs fois = 1 point

Faire au moins 2 manches en changeant les rôles.

RÈGLES

Les attaquants ont 2 tentatives maximums pour envoyer la balle. Si l'attaquant ne souhaite pas lancer la balle (envoyée par le lanceur) ou ne souhaite pas que son lancé soit comptabilisé, il crie « Refusé ».

Les attaquants doivent envoyer la balle vers l'avant.

Les attaquants ne peuvent pas courir à l'intérieur du cercle (sinon ils sont éliminés).

Un seul attaquant maximum par plot. S'ils sont 2, le dernier arrivé est éliminé.

Les défenseurs n'ont pas le droit de bouger avec la balle.

Le défenseur – lanceur n'a pas le droit de sortir de son cerceau. Son lancé doit être de qualité pour permettre à l'attaquant de bien envoyer la balle. L'animateur peut changer le lanceur si ce n'est pas le cas.

VARIABLES / ÉVOLUTIONS

Simplification:

Augmenter le nombre de tentatives pour réussir un lancé.

Les attaquants peuvent lancer la balle à la main ou au pied.

Rapprocher les plots entre eux.

Conseils :

Pour accélérer la rotation des attaquants, diviser les en 2 lignes, et ajouter un défenseur – lanceur dans un second cerceau. 2 attaquants en même temps lancent la balle et courent pour faire le tour. Autoriser 2 attaquants maximum par plot.

Je responsabilise les enfants :

Ils comptent les points et s'assurent collectivement du respect des règles.



RETOUR AU CALME

10'

QUESTIONS

- Pour ceux qui se sont fait éliminer, qu'avez-vous ressenti? Qu'auriez-vous pu/dû faire pour ne pas l'être?
- Ceux qui se sont arrêtés sur les plots, étiez-vous content de ne pas être éliminé ou déçu de pas pouvoir ramener 3 points?
- Est-ce important de connaître ses forces et ses faiblesses? Pourquoi?

PISTES D'ÉCHANGES

- Il est important de connaître ses propres capacités et ses limites.
- Si les objectifs fixés sont trop ambitieux, je peux perdre en motivation, me décourager et ne plus prendre de plaisir.
- Se respecter, c'est accepter ses faiblesses et faire le maximum pour progresser, s'améliorer.

Objectif Éducatif : Comprendre et Respecter les règles

A la fin de la séance, les enfants seront capables de :

- Comprendre les règles d'un nouveau jeu
- Reconnaître d'eux-mêmes s'ils n'ont pas respecté une règle
- Signifier aimablement une faute d'un autre joueur

Objectif Physique :

Lancer précisément et attraper un frisbee

- Précision d'un lancé et d'une réception de frisbee
- Courses diverses

MATÉRIEL

-  40 plots
-  3 ou 4 jeux de chasubles
-  2 frisbee



ECHAUFFEMENT

 10'

Echauffement général (6 minutes) : Les enfants effectuent en groupe et en courant 2 tours de terrains (2 minutes). Puis créer plusieurs lignes avec des groupes d'enfants qui se déplacent (en aller retour sur 8 – 10 mètres) les uns derrière les autres, en imitant des déplacements d' animaux (éléphant, grenouille, lapin, gazelle, crabe, kangourou, guépard ...). Choisissez des déplacements permettant d'échauffer les parties du corps qui seront les plus sollicitées durant le jeu (4 minutes). Vous pouvez vous aider de l'annexe « Echauffement » dans le Manuel de l'animateur.

Echauffement spécifique (4 minutes) : Les enfants, en cercle, ont un frisbee « brulant » qu'ils ne peuvent pas garder en main plus de 5 secondes. Ils doivent donc se l'envoyer. Interdiction de lancer le frisbee à son voisin ou à celui qui vient de le lancer. Faire 2 groupes séparés, qui jouent en même temps. Complexifier une fois que les passes sont maîtrisées : 2 enfants au milieu de chaque cercle doivent essayer d'attraper le frisbee. Quand un joueur l'attrape, il échange sa place avec le lanceur.

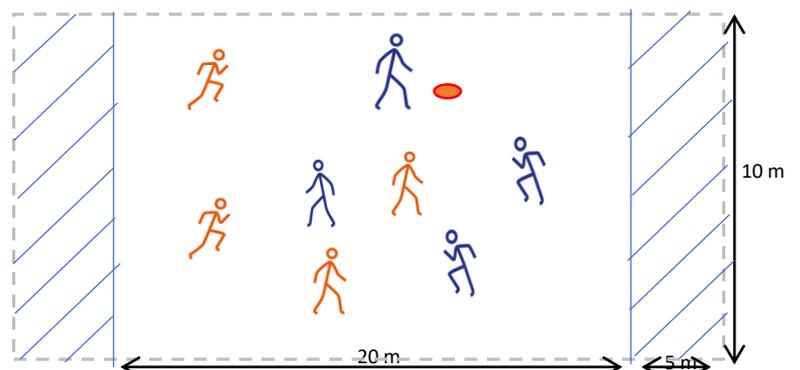


COEUR DE LA SÉANCE

 30'

BUT DU JEU

Réceptionner le frisbee dans l'en-but adverse pour marquer le plus de points possibles.



CONSIGNES

Faire 4 équipes de 7 ou 8 et jouer sur 2 terrains. 2 équipes s'affrontent sur chaque terrain. Un capitaine est désigné par équipe.

Lors de l'engagement, les deux équipes doivent être dans leur en-but respectif jusqu'à la première passe. Une des 2 équipes commence avec le frisbee. Le frisbee doit progresser par passes successives sans être intercepté par l'équipe adverse. Le frisbee doit être réceptionné par un partenaire dans l'en-but adverse pour marquer un point. Le jeu doit être auto-arbitré par les enfants. Quand le porteur du frisbee fait une faute, il doit lui-même ou un autre joueur dire «STOP» ; tout le monde s'arrête et reste immobile. La faute est énoncée: « marché, dehors, tombé... ». Le frisbee est ramassé par l'adversaire le plus proche et le jeu peu reprendre. Si les joueurs ne sont pas d'accord, les 2 capitaines se rassemblent et doivent se mettre d'accord.

Faire se rencontrer toutes les équipes soit 6 matchs de 5 minutes.

RÈGLES

Il est interdit de toucher un adversaire, ni même prendre le frisbee dans les mains d'un adversaire.

Il est interdit de garder le frisbee plus de 5 secondes en main.

Il est interdit de marché avec le frisbee.

Si un joueur de l'équipe B intercepte le frisbee sur une passe d'un joueur de l'équipe A, mais que le frisbee tombe au sol, alors l'équipe A conserve le frisbee.

Le frisbee est ramassé par l'adversaire le plus proche et remet en jeu à l'endroit même si : il tombe par terre, il sort du jeu, il est pris dans les mains d'un joueur, un joueur marche avec, il est gardé plus de 5 secondes en main (l'adversaire le plus proche compte à haute voix).

VARIABLES / ÉVOLUTIONS

Simplification:

Autoriser 3 pas avec le frisbee en main.

Arbitrage par l'animateur sur les premiers matchs. Il arrête le jeu lors d'une faute, le porteur du frisbee doit l'énoncer.

Complexification/ évolution:

Interdire de rendre le frisbee à la personne qui nous l'a donné.

Je responsabilise par :

L'arbitrage par les enfants eux-mêmes. C'est justement le but du jeu.



RETOUR AU CALME

🕒 10'

QUESTIONS

- Que se passait-il lorsque vous faisiez une erreur ?
- Était-il dur de vous arrêter par vous-même en cas de non-respect d'une règle?
- Qu'avez-vous ressenti lorsque un adversaire ne s'arrêtait pas après avoir commis une faute?
- Pourquoi est ce important d'avoir des règles communes et respectées de tous?

PISTES D'ÉCHANGES

- Avoir des règles communes dans un jeu et respectées par tous permet de jouer collectivement et de s'amuser.
- Respecter les règles, c'est reconnaître lorsque je fais une faute et être capable d'accepter la sanction correspondante.
- Si je ne respecte pas les règles, je manque de respect à mon entourage et je pénalise mon équipe.