

PETITS JEUX SPORTIFS



Baby-foot géant

Matériel : 5 cordes minimum et 1 ballon

Il s'agit d'un jeu basé sur le foot.

Les enfants sont répartis dans des zones délimitées par des cordes qu'ils n'ont pas le droit de franchir. (7 cordes permettent de délimiter les limites extérieures des zones des gardiens.)

Ils doivent marquer des buts dans les camps adverses.

Les enfants sont répartis dans les zones.

La partie se passe comme une partie de foot normale.

Les enfants se font des passes, d'une zone à une autre, et essaient de marquer dans la zone adverse.

Les enfants ne doivent pas sortir de leur zone et donc de leur rôle.

La balle assise

Matériel : une balle en mousse

Le meneur de jeu doit lancer la balle.

Les enfants peuvent ensuite attraper la balle pour toucher leurs copains en la lançant.

Les déplacements sont limités, 3 pas maximum à chaque lancé de balle.

Les enfants touchés doivent s'asseoir, pour se délivrer ils doivent attraper la balle.

Si un enfant attrape la balle au vol, celui qui la lancée doit s'asseoir.

Le gagnant est le dernier enfant resté debout.

La corde serpent

Matériel : Une corde (à sauter)

Les joueurs sautent au-dessus d'une corde, agitée par 2 joueurs. 2 joueurs tiennent une corde à sauter en l'agitant régulièrement au ras du sol, de droite à gauche et de gauche à droite puis de haut en bas et de bas en haut; les autres joueurs, 1 par 1, essaient de passer par-dessus ce serpent mouvant sans le toucher.

Le béret hockey

Matériel : 2 balais, 1 serpillière, 2 cages (chaises, tables...)

Le principe est celui du béret, à la différence que l'objet n'est pas récupéré par la main mais poussé par le biais d'un balai vers la cage de son équipe. On compose deux équipes, réparties de chaque longueur du terrain rectangulaire.

Au milieu de chaque largeur une cage (une pour chaque équipe).

Au milieu du terrain se trouve deux balais (un pour chaque équipe) et une serpillière.

Tous les enfants de chaque équipe se donnent un numéro et se mélangent.

Un arbitre annonce un numéro. A leur appel les deux numéros se lancent vers leur balai et essaient de pousser la serpillière vers la cage adverse pour marquer un point.

La guerre des indiens

Matériel : aucun

Tout d'abord faire deux équipes puis avec la première faire une ronde.

Demander aux enfants de la 2^{de} équipe de se mettre en face d'un enfant de la 1^{ere} équipe, donc à l'intérieur du cercle.

Les enfants qui sont à l'extérieur du cercle donc de la 1^{ere} équipe sont des tipis et les enfants à l'intérieur du cercle sont les indiens

Les indiens doivent passer entre les jambes de leur partenaire, faire le tour du cercle et enfin repasser entre les jambes de leur partenaire

le dernier arrivé = couple éliminé

La grille mystérieuse

Matériel : 4 affiches, 2 marqueurs, des bandes crépon (2 couleurs)

On délimite deux camps pour chacune des deux équipes. On doit faire en sorte que ces deux camps soient assez éloignés et de préférence que les joueurs ne voient pas le camp adverse quand ils sont dans leur propre camp.

Dans chaque camp, on dispose deux grilles (de 10 carreaux x 10 carreaux par exemple), l'une vierge et l'autre contenant un nombre prédéfini de symboles.

Le but du jeu est que les joueurs parviennent à voir les symboles de la grille du camp adverse afin qu'ils aillent la reproduire sur leur grille vierge.

Chaque joueur possède une bande de papier crépon de la couleur de son équipe, qu'il doit coincer dans sa poche ou dans son pantalon. Si un joueur A parvient à retirer le morceau de papier crépon à un joueur B de l'équipe adverse, alors le joueur B est obligé d'aller récupérer une bande de papier auprès du meneur de jeu se situant dans son camp. Il peut alors retenter d'aller espionner l'autre équipe.

Au bout d'un temps défini, on arrête le jeu et on compare les grilles. L'équipe gagnante est celle qui a réussi à restituer le plus fidèlement la grille qu'il avait à observer.

Multi Hands-ball

Matériel : Une balle bien rebondissante, un terrain de 4x2.5 m

C'est un peu un mélange de Volley-Ball et de Tennis.

On peut délimiter les 2 camps par un filet.

Il y a 2 équipes (de 2 ou 3 personnes/équipes). Comme au Tennis, le jeu commence par un service mais cette fois-ci à la main. Chaque équipe dispose de deux services chacune. A chaque service réussi, les joueurs du camp adverses peuvent frapper la balle pour ainsi faire un échange.

Les joueurs marquent leur point lorsque l'autre équipe rate 2 fois ses services, lorsque l'autre équipe, pendant un échange, envoie le ballon en dehors des limites du terrain et aussi lorsque une des équipes frappe la balle et que l'autre équipe n'arrive pas à l'attraper (Il faut que la balle rebondisse 2 fois dans le camp adverse).

Avant d'envoyer la balle dans le camp adverse, on peut jongler avec la balle 2 fois et à la troisième fois on smash

On peut utiliser les pieds en cas de dernier recours.

Oxford / Cambridge

Matériel : aucun

But : se rasseoir le plus rapidement possible

Les enfants forment 2 colonnes, ils sont assis.

Les 2 premiers de chaque colonne sont face à face et se tiennent les mains. Les autres sont assis derrière, les uns entre les jambes des autres.

On attribue à chaque équipe (colonne) un nom (par exemple Oxford et Cambridge).

Le maître du jeu dit à tour de rôle les deux noms choisis.

Par exemple si la colonne qui est à gauche est oxford, à chaque fois que l'on dit "Oxford", la colonne doit tirer l'autre colonne vers elle (un peu comme au jeu de la corde) et au moment où le maître dit ' top ' tout le monde doit se lever très vite et aller s'asseoir là où était assise l'autre équipe dans le même ordre. Le dernier assis est éliminé. L'équipe gagnante est celle où il reste le plus d'enfants à la fin du jeu.

Les statues

Matériel : des balises (ficelle, foulards, etc...) pour délimiter le terrain

Deux équipes : 1 qui touche, une qui s'enfuit. Un joueur touché s'immobilise jusqu'à ce qu'un de ses collègues le touche pour le délivrer. Lorsque tous les joueurs adverses sont touchés la partie est gagnée.

Au suivant

Matériel : Deux grosses balles

Les joueurs se répartissent en deux équipes égales en nombre et se rangent en file indienne sur deux lignes parallèles en laissant un espace d'un mètre entre chacun.

Le chef de chaque équipe se place en tête de sa rangée et, au signal donné, il lance la balle à celui qui est derrière lui en la faisant passer entre ses jambes. Le suivant fait de même et ainsi de suite jusqu'au dernier qui vient rapporter, en courant, la balle à son chef d'équipe.

Le camp gagnant est celui dont la balle est rapportée la première à son point de départ.

Pour varier et faire durer le jeu, on peut faire passer la balle par-dessus les têtes, ou bien sur le côté sans se tourner.

Ramass' dribble

Matériel : des balises (ficelle, craie, etc...) pour délimiter le terrain + 1 ballon de basket + 1 balle ou ballon en mousse + des objets à ramasser

Un par un, les joueurs doivent dribbler avec un ballon de basket pour se déplacer et aller chercher des objets sur le terrain délimité, puis les ramener dans leur camp. Pendant ce temps, sur ce même terrain, les joueurs de l'équipe adverse essaient de toucher le dribbleur avec leur propre ballon : mais ils ne peuvent pas avancer avec le ballon, ils doivent se faire des passes



Chameaux chamois

Matériel : des balises (ficelle, foulards, etc...) pour délimiter le terrain

Deux équipes (chameaux et chamois) en ligne (ou pas) face à face écoutent l'histoire racontée par le maître qui fait office de limite du milieu de terrain. Au fil de l'histoire, le maître va utiliser le mot chamois ou le mot chameau. Lorsqu'il dit "chameau", les chamois doivent leur courir après et les toucher avant qu'ils n'atteignent leur camps. Idem en sens inverse si le mot "chamois" est prononcé. Les joueurs touchés changent alors d'équipe. Le but étant de réduire un maximum le nombre de joueurs de l'équipe adverse. Le final : soit on arrête au bout d'un certain temps, soit on attend qu'une équipe n'ai plus de joueurs.

La Sardine

Matériel : aucun

Un joueur va se cacher, c'est la sardine. Il faut choisir un lieu riche et bien délimité. La sardine peut être un animateur.

Les autres joueurs partent à sa recherche. Quand un joueur trouve la sardine, il s'accroupit à côté d'elle sans rien dire, et si possible sans se faire voir des autres joueurs.

Le dernier à découvrir la sardine prend sa place.

Les messagers rivaux

Matériel : aucun

Les joueurs sont répartis en deux équipes rivales, les Pumas et les Fennecs par exemple. Ils désignent un membre de chaque équipe pour porter chacun un message au meneur de jeu qui se poste au centre d'un bois ou, si c'est en ville à un carrefour.

Les deux messagers partent de deux points opposés, distants d'environ trois kilomètres du point de ralliement.

Les autres joueurs se répartissent sur le trajet présumé du messager de l'équipe rivale pour essayer de l'intercepter, mais ils ne doivent pas s'approcher de plus de deux cent mètres aussi bien du point de départ que du point d'arrivée.

Pour être pris, le messager doit être tenu par un ennemi et pas seulement touché, mais la lutte est interdite.

La balle stop

Matériel : un ballon

Tous les joueurs se tiennent à l'intérieur d'un cercle tracé sur le sol. L'un d'eux lance une balle en l'air. Tous les autres se sauvent aussitôt. Dès qu'il la rattrape, il crie "stop !" et ses compagnons doivent s'immobiliser sur le champ.

Sans quitter le cercle, le joueur cherche à atteindre l'un d'eux avec la balle. Le joueur visé peut se baisser ou s'incliner pour éviter la balle, à condition de ne pas bouger les pieds. S'il est atteint, le joueur touché devient lanceur. Sinon, le lanceur a droit à deux autres essais sur le même joueur. Si le joueur visé est indemne, le jeu continue avec le même lanceur.

Tout joueur qui ne s'immobilise pas immédiatement au signal "stop !" est pénalisé : il avance de trois pas vers le cercle.

Le ballon roi

Matériel : un ballon + une craie

On délimite un terrain de 12 à 20 mètres de long que l'on divise en deux parties égales (peu importe la largeur).

Les joueurs se répartissent en deux équipes.

Derrière chaque ligne de fond va se placer un joueur du camp adverse : c'est le roi.

Pour engager la partie, deux joueurs - un de chaque camp - se placent dos à dos de part et d'autre de la ligne médiane. Un troisième joueur, désigné d'un commun accord, lance le ballon en l'air ; les deux joueurs dos à dos tentent de s'en emparer. Celui qui y réussit envoie le ballon à son roi qui vise alors un de ses adversaires.

L'un des joueurs du camp où s'immobilise le ballon l'envoie à son roi qui visera à nouveau, etc.

Chaque fois que l'un des rois atteint un adversaire, son équipe marque un point. Par contre, le roi qui franchit la ligne du fond ou le joueur qui passe la ligne médiane fait perdre un point.

Si un joueur envoie le ballon hors des limites du terrain, le ballon est remis à l'un des membres de l'équipe adverse.

Jeu du drapeau

Matériel : deux drapeaux

Le terrain est divisé en 2 camps (un pour chaque équipe) avec une petite zone neutre au milieu pour les séparer.

Chaque équipe cache (mais pas trop bien non plus) son drapeau dans son camp.

Le but est de trouver le drapeau adverse et de le ramener dans son camp.

Quand tu es dans ton camp, tu ne peux pas te faire toucher mais tu peux toucher les autres. Si quelqu'un se fait toucher, il est prisonnier.

Dans chaque équipe, il en faut donc qui attaquent, d'autres qui défendent le drapeau et d'autres qui gèrent les prisonniers.

Si tu arrives à attraper le drapeau de l'autre équipe, il faut rentrer dans ton camp vivant pour gagner; si tu te fais toucher sur le chemin du retour (ce serait dommage...), tu es prisonnier et le drapeau retourne à sa place...

Le couloir infernal

Matériel : un ballon

2 équipes + 1 enfant

Les enfants de la première forme deux lignes l'une en face de l'autre pour former un couloir et se passe le ballon.

L'enfant seul se met au bout du couloir

Les enfants de la deuxième équipe forme une file indienne. Chacun d'entre eux doit passer dans le couloir sans être touché par le ballon. Ensuite il contourne l'enfant seul et il revient en repassant dans le couloir.

Bateau express

Matériel : aucun

le bateau arrivé le 1er à destination a gagné On forme au moins 2 équipes: les bateaux les enfants s'assoient par terre les uns derrière les autres, les jambes écartées, celui qui est à l'avant du bateau tape sur les jambes de son voisin de derrière qui fait passer le mouvement, quand le dernier reçoit la tape, il court se mettre à l'avant du bateau et le jeu continue ainsi jusqu'à ce que toute l'équipe (le bateau) soit arrivée derrière un point matérialisé par une ligne par exemple et qui est la destination du bateau.

Jeu des légumes

Matériel : un plot

relais par équipe 4 équipes de 10 enfants se placent en colonne cote à cote. Chacun laissera un espace entre lui et son voisin de devant. Le meneur nommera chaque ligne des 4 colonnes par des noms de légume. A l'annonce du meneur d'un nom de légume chaque enfant des 4 colonnes devra le plus vite possible aller jusqu'au plot et revenir se replacer dans son équipe par l'arrière de celle ci en slalomant entre ces partenaires. Le vainqueur est l'équipe qui totalise le plus de points.

Variante:

en arrivant au plot l'enfant crie à son équipe 'couchez vous' et en revenant passe par dessus ses coéquipiers. Une fois arrivé au bout de la colonne correspondant à son équipe (plot placé en bout), l'enfant crie 'levez vous' et il revient en slalomant.

Le crocodile

Matériel : Un ballon par équipe.



Faire passer un ballon à l'arrière.

Les enfants sont en ligne. On fait deux équipes. Le ballon doit passer entre les jambes et revenir à l'avant. La règle est simple. Les faire aller le plus vite possible.

Les puces savantes

Matériel : série de questions adaptées à la tranche d'âge

Les équipes de puces doivent franchir une ligne d'arrivée en sautant, après avoir répondu correctement à une question. Les joueurs sont répartis en équipes de puces (3 à 5 participants par équipe). Chaque équipe se place en file indienne sur une ligne. Le but est de sauter jusqu'à la ligne d'arrivée.

Pour pouvoir sauter, la première puce de chaque file doit aller rapporter la réponse à la question posée par le meneur de jeu. Si la réponse est correcte, la file peut avancer alors en faisant un saut collectif vers l'avant (c'est à dire que les participants se tiennent par la taille et sautent tous en même temps.).

Ensuite, la puce qui a bien répondu à la question passe à la fin de la queue.

La première file de puce à avoir franchi la ligne d'arrivée est déclarée vainqueur.