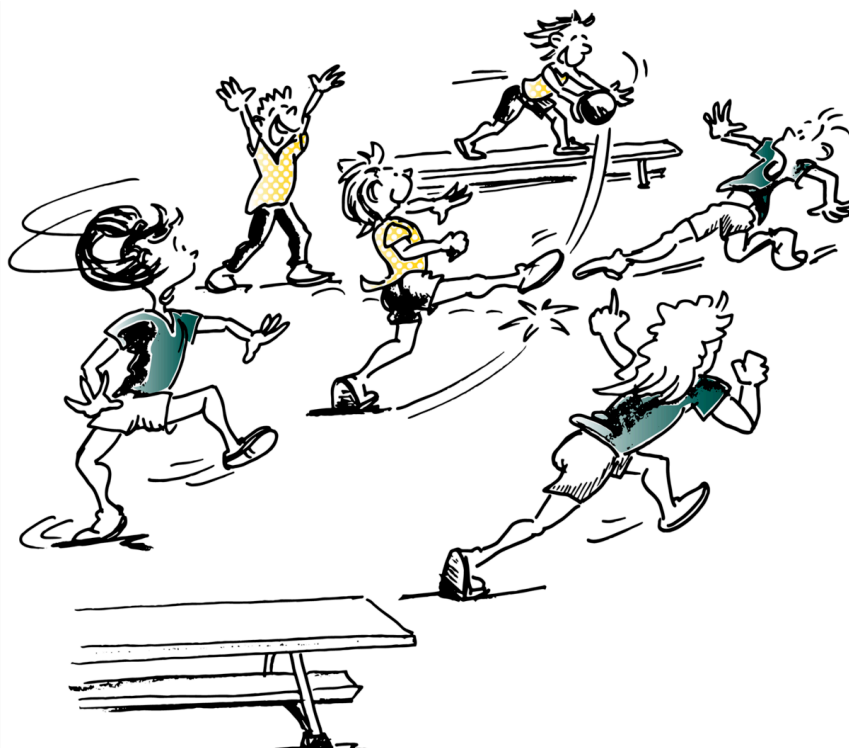


# Travail d'équipe gagnant: Bonnes pratiques – Grands jeux

Les grands jeux s'inspirent des sports d'équipe connus tels que le football, le unihockey ou le tennis de table et se jouent toujours à deux équipes.

## Football au banc



Deux équipes jouent au football. Placer un banc à chaque extrémité de la salle et demander à une personne de chaque équipe de se mettre debout sur le banc côté adverse. Objectif: passer le ballon au coéquipier ou à la coéquipière sur le banc. Si il ou elle l'attrape, l'auteur-e de la passe le ou la rejoint sur le banc. A gagné l'équipe dont tous les joueurs se retrouvent en premier sur le banc.

**Compétences:** coopération, communication

**Intensité:** moyenne à élevée

**Durée:** 10-15 minutes

### Règles

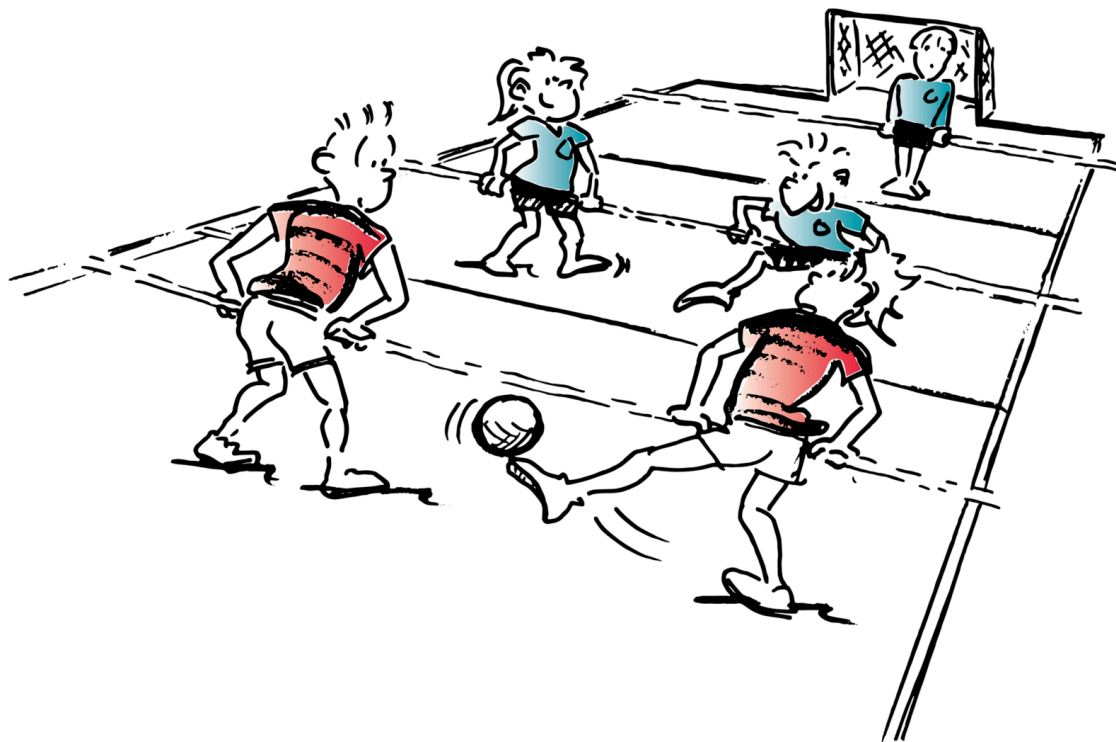
- Les joueurs de champ n'ont pas le droit de toucher le ballon avec les mains.
- A l'exception des joueurs sur le banc, il est interdit de toucher le banc ou de sauter par-dessus.
- Les joueurs sur le banc n'ont pas le droit d'en descendre.

## Variantes

- Faire des passes à ras de terre.
- Jouer au handball (ballon de handball, règles officielles du handball, évent. dribble).

**Matériel:** 2 bancs, 1 ballon de football, sautoirs

## Football de table



Deux équipes s'affrontent sur un terrain divisé en trois zones minimum (dépend du nombre de joueurs). Avant de commencer, les équipes se concertent pour déterminer quels joueurs jouent dans quelles zones. Le jeu est basé sur le principe du babyfoot (= les joueurs n'ont pas le droit de quitter leur zone).

### Règles

- Les joueurs n'ont pas le droit de changer de zones pendant le jeu.
- Ils appliquent les règles officielles du football.

**Compétences:** coopération, communication

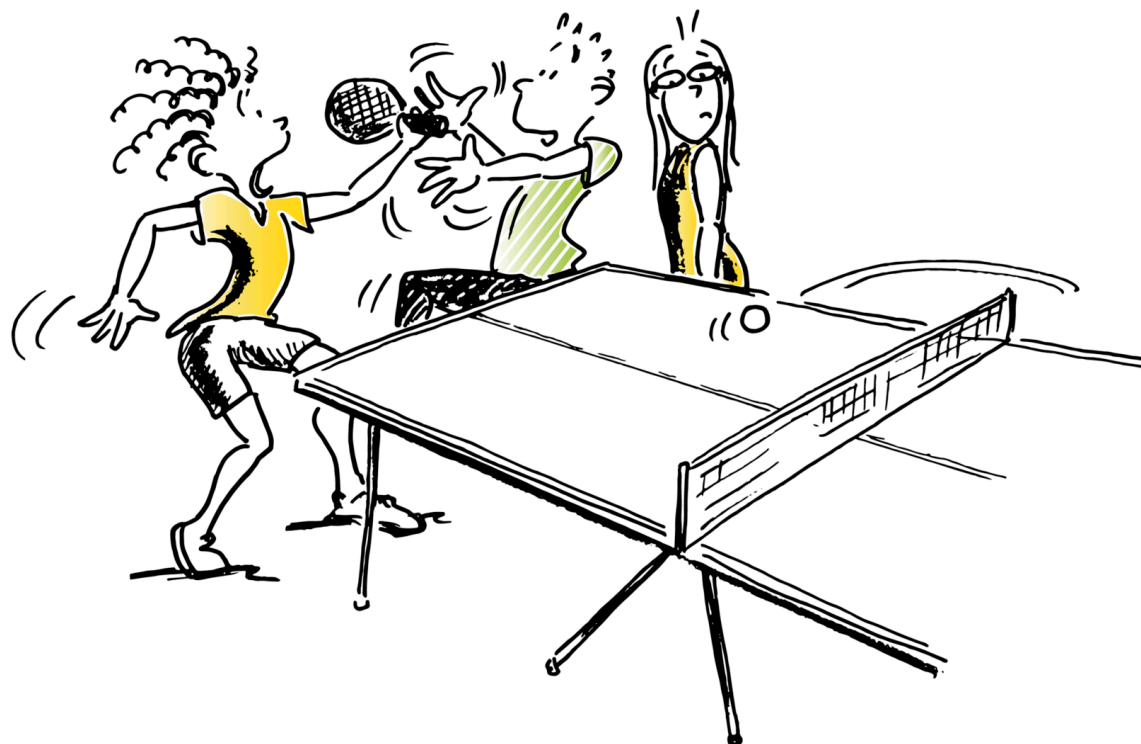
**Intensité:** moyenne

**Durée:** 10 minutes

## Variantes

- Former des blocs (comme en hockey) ou rajouter des zones s'il y a trop de joueurs.
- Jouer avec un ballon de futsal: vu qu'elle rebondit moins, elle aura plus de difficulté à franchir les zones.
- Jouer sans gardien avec des buts plus petits.

## Tennis de table en équipe



Deux équipes s'affrontent de part et d'autre d'une table de tennis de table (les joueurs sont les uns derrière les autres). Elles ne disposent chacune que d'une seule raquette. Chaque joueur ou joueuse frappe alors la balle une fois puis passe la raquette au suivant / à la suivante. A gagné l'équipe qui arrive en premier à 11 points.

### Règles

- L'équipe qui marque le point sert ensuite.
- L'ordre de passage doit être respecté. Tout le monde doit jouer.

### Variantes

- Obliger trois joueurs de l'équipe adverse (les nommer) à jouer de leur mauvaise main.
- Jouer au badminton ou avec des balles soft.

**Matériel:** 1 table de tennis de table, 2 raquettes de tennis de table, sautoirs

**Compétences:** collaboration, tactique

**Intensité:** faible

**Durée:** 5-10 minutes

## Unihockey à la corde



Deux équipes jouent au unihockey, chaque joueuse ou joueur tenant une corde. Distribuer trois ou quatre cordes de longueur différente à chaque équipe.

### Règles

- La corde doit être tenue par tous à tout moment. Les joueurs qui lâchent la corde doivent demander une interruption de jeu jusqu'à ce que tout le monde tienne de nouveau la corde.
- Il n'y a pas de gardien.
- La corde doit être tenue, pas attachée.
- La durée de la partie est définie.

**Compétences:** communication, collaboration, tactique

**Intensité:** élevée

**Durée:** 10 minutes

### Variantes

- Distribuer plus ou moins de cordes en fonction du nombre de joueurs dans l'équipe.
- Nommer un gardien par équipe.
- Jouer avec deux balles et/ou quatre buts si les équipes sont très grandes (intensité plus élevée).
- Jouer au football, au handball, au basketball.

**Matériel:** 6-8 cordes, 2 buts de unihockey, 1 balle de unihockey, sautoirs

## Traversée dangereuse



Deux équipes, chacune en possession d'une balle, occupent chacune une moitié de terrain. Une personne de chaque équipe se trouve dans le camp opposé (intrus). L'équipe adverse doit la viser avec la balle le plus vite possible. Si la personne est touchée, elle retourne dans son camp et un coéquipier ou une coéquipière prend sa place. Le jeu se poursuit jusqu'à ce que toutes les personnes de l'équipe aient été touchées. A gagné l'équipe qui parvient à toucher en premier toutes les personnes de l'équipe adverse.

**Compétences:** coopération, collaboration, communication

**Intensité:** moyenne

**Durée:** 10 minutes

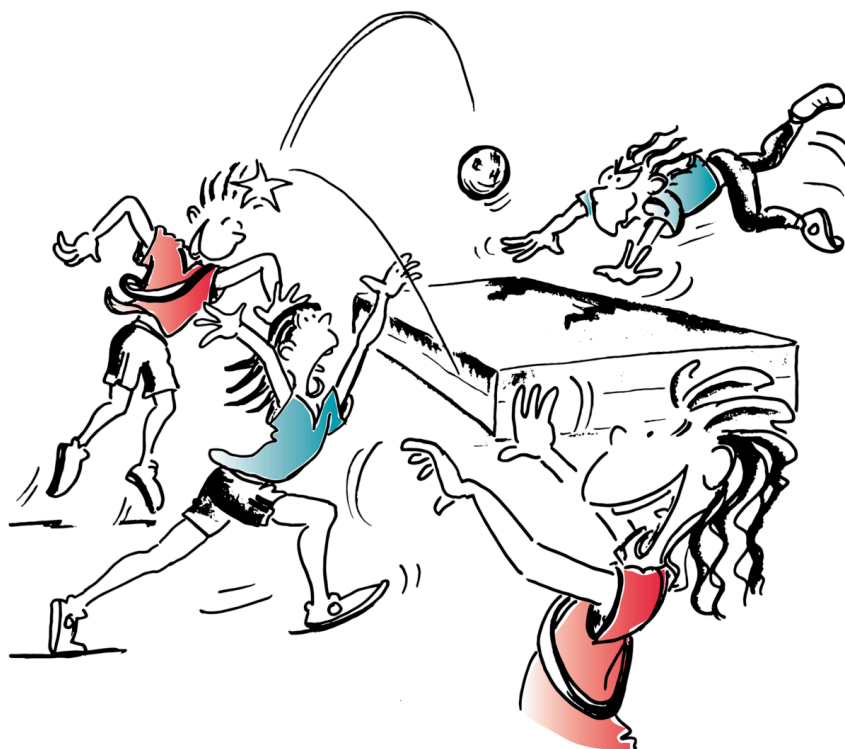
### Règles

- L'«intrus» n'a pas le droit de toucher la balle, de l'attraper ou de la botter du pied.
- Les équipes appliquent les règles officielles de la balle assise (ne pas courir avec la balle, etc.).
- Si la balle tombe dans le camp adverse, l'équipe doit elle-même aller la chercher (l'équipe adverse n'a pas le droit d'y toucher).

### Variantes

- Avec plusieurs «intrus» simultanément.
- Toucher, au lieu de viser, l'adversaire avec la balle (plus difficile).
- Avec des footballeurs: garder la balle dans son propre camp. Le joueur / La joueuse de l'équipe adverse tente alors de défendre / d'attaquer le ballon. Inverser les rôles lorsque la balle est touchée.
- Jouer avec deux balles pour accélérer le jeu.

## Tête sur le tapis



Deux équipes s'affrontent. Deux tapis sont placés à chaque extrémité de la salle. Objectif: traverser la salle en se faisant des passes avec les mains (ballon de football ou de volleyball) et conclure par une tête sur le tapis.

### Règles

- Il est interdit de courir avec la balle dans la main.
- L'équipe en défense peut uniquement monter ou sauter sur le tapis lorsque la balle a été jouée de la tête.
- Les équipes peuvent jouer sur les deux tapis.
- La durée de la partie est définie.

**Compétences:** communication, coopération, collaboration

**Intensité:** élevée

**Durée:** 10 minutes

### Variantes

- Jouer avec une autre balle (plus molle).
- Passer avec le pied et non avec les mains.

Matériel: 2 gros tapis, 1 balle, sautoirs

Source: Tobias Graf, enseignant d'éducation physique à l'école professionnelle générale de Bâle (AGS Basel), chargé de cours à la FHNW; Petra Heule, enseignante d'éducation physique à l'école professionnelle générale de Bâle (AGS Basel)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**