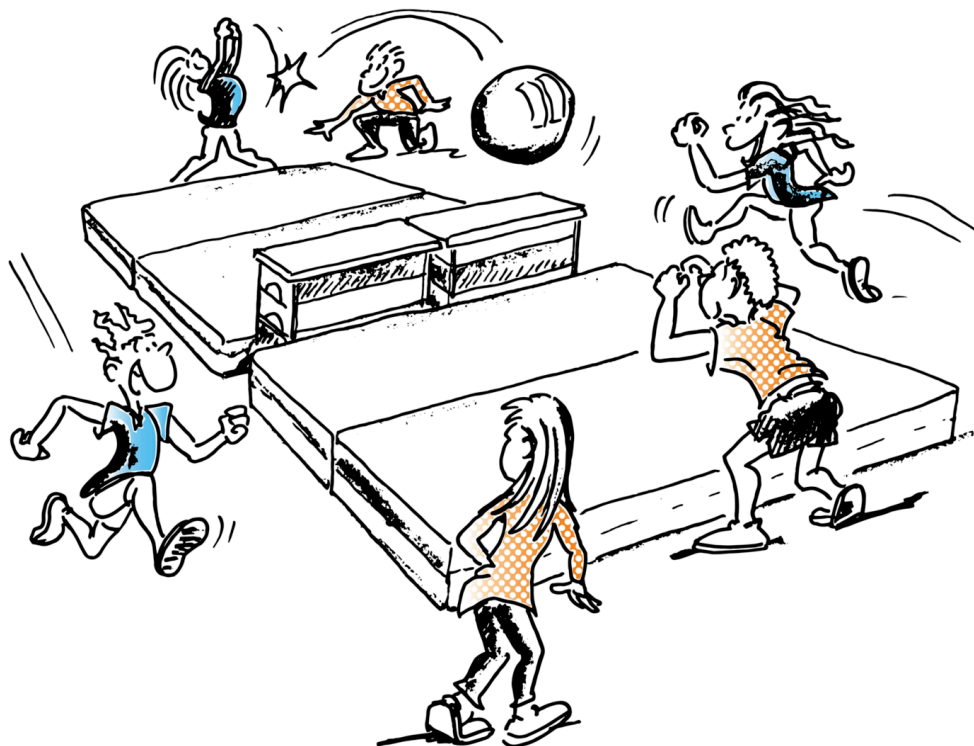


Travail d'équipe gagnant: Bonnes pratiques – Petits jeux

Les petits jeux représentent des variantes de balle assise ou d'autres petites tâches ludiques pouvant pour certaines être résolues par plusieurs équipes en même temps.

Tennis de table géant



Deux équipes tournent autour d'une «table» de tennis de table géante constituée de gros tapis et de caissons en guise de filet. Le jeu se joue avec une balle de gymnastique. Qui commet une faute est éliminé. A gagné l'équipe qui compte le dernier ou la dernière «survivant-e».

Règles

- Le service se fait à deux mains par le bas; la balle doit atterrir entièrement sur le tapis opposé (en équilibre sur le bord = faute).
- La balle ne peut être touchée qu'une fois et ne peut pas être jouée en volée.
- Il est permis de toucher le terrain (tapis) ou de grimper dessus.

Compétences: dynamique de groupe, tactique, coopération

Intensité: faible

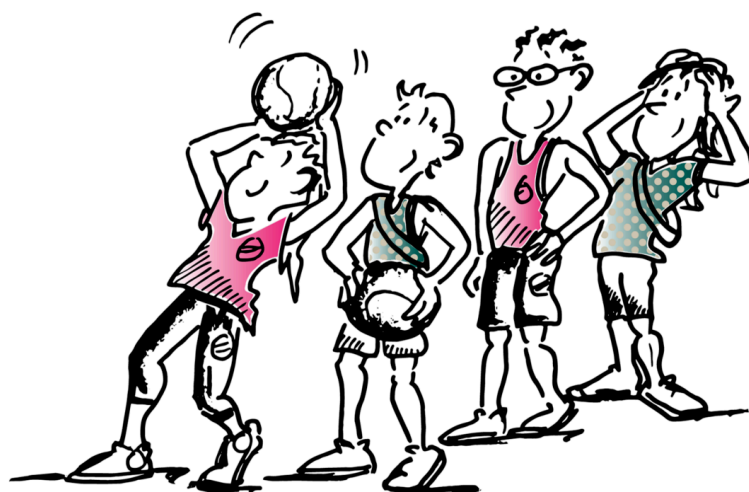
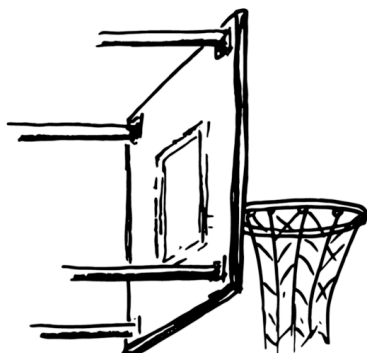
Durée: 10 minutes

Variantes

- Jouer avec toutes les parties du corps.
- Jouer la balle en volée.
- Toucher la balle deux fois.

Matériel: 4 gros tapis, 2 caissons, 1 ballon de gymnastique, sautoirs

Shoot out



Les deux équipes forment une seule colonne – avec alternance des joueurs – à environ 3 m du panier. Les deux premiers joueurs de chaque équipe ont un ballon et tirent l'un après l'autre au panier (aller ensuite chercher le ballon). Les joueurs tirent jusqu'à ce qu'ils marquent. Si le second ou la seconde marque en premier, l'autre est éliminé-e. Après un panier, le ballon est passé au joueur ou à la joueuse suivant-e. A gagné l'équipe qui compte le dernier ou la dernière « survivant-e ».

Compétences: coopération, communication

Intensité: faible

Durée: 5-10 minutes

Règles

- L'ordre de passage des joueurs doit rester le même jusqu'à la fin (il est fort possible que des joueurs de la même équipe se suivent au fur et à mesure du jeu).
- Le premier tir est effectué depuis une marque; les suivants peuvent être effectués depuis n'importe où.

Variantes

- Jouer la balle depuis l'endroit où la balle a été rattrapée.
- Lancer la balle uniquement par le bas.

Matériel: 1 panier de basketball, 2 ballons de basketball, sautoirs

Construire une tour



Chaque équipe reçoit le même nombre de gobelets à empiler et dispose de trois minutes pour construire une tour. A gagné l'équipe qui a réussi à construire la plus haute tour à la fin du temps imparti.

Règles

- La tour ne peut être ni tenue ni posée contre un mur ou dans un coin.
- Les moyens auxiliaires (p. ex. caisson) sont autorisés à partir d'une certaine hauteur.

Compétences: coopération, tactique

Intensité: faible

Durée: 3 minutes

Variantes

- Construire une tour avec des chapeaux ou d'autres objets adéquats.
- Faire jouer trois ou quatre équipes en même temps.

Matériel: Gobelets, caissons, sautoirs

Chasse à l'œuf



Le jeu consiste à retrouver un œuf caché (dans la salle de sport, le local de matériel, etc.). A gagné l'équipe qui a retrouvé l'œuf en premier.

Règle

- L'œuf doit être caché sans devoir soulever ou déplacer quoi que ce soit.

Compétences: communication

Intensité: moyenne

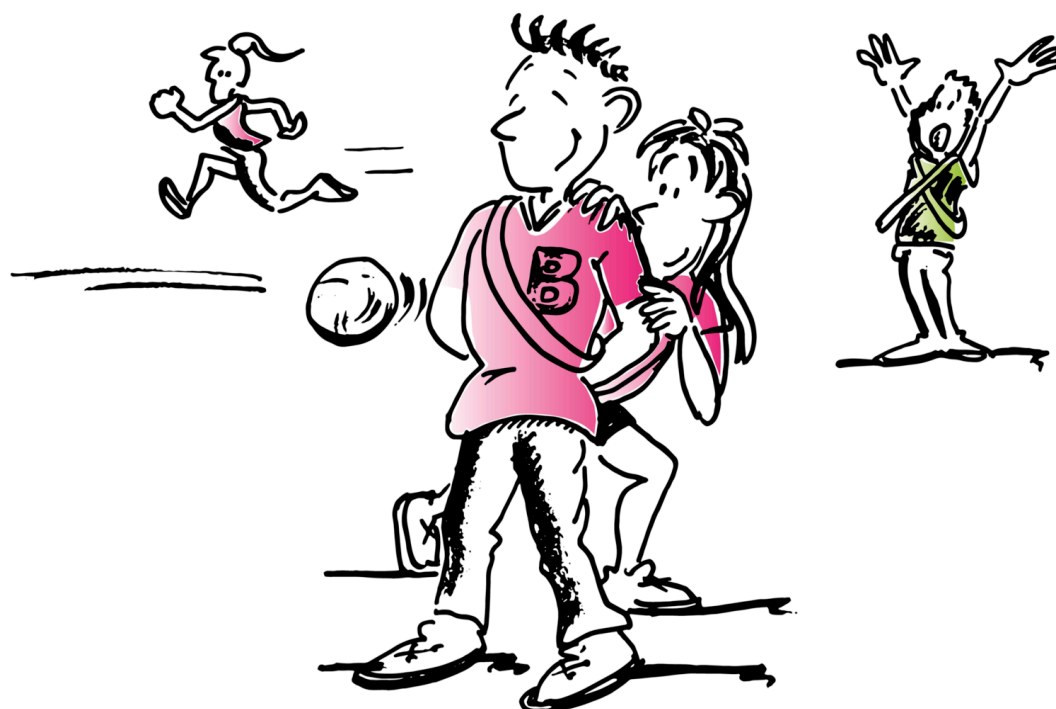
Durée: 5 minutes

Variantes

- Cacher plusieurs œufs. A gagné l'équipe qui en trouve le plus.
- Donner un indice aux joueurs si le jeu dure trop longtemps.
- Faire jouer trois ou quatre équipes en même temps.

Matériel: Œufs en chocolat, sautoirs

Balle assise garde du corps



Deux équipes jouent à la balle assise. Chaque joueur ou joueuse porte deux sautoirs en croix de couleur différente. Qui est touché-e doit retirer le premier sautoir et ne peut désormais que passer ou protéger ses coéquipiers. Il ou elle continue, en revanche, à pouvoir être touché-e. A perdu l'équipe dont tous les joueurs n'ont plus qu'un sautoir.

Compétences: tactique, coopération

Intensité: élevée

Durée: 10 minutes

Règles

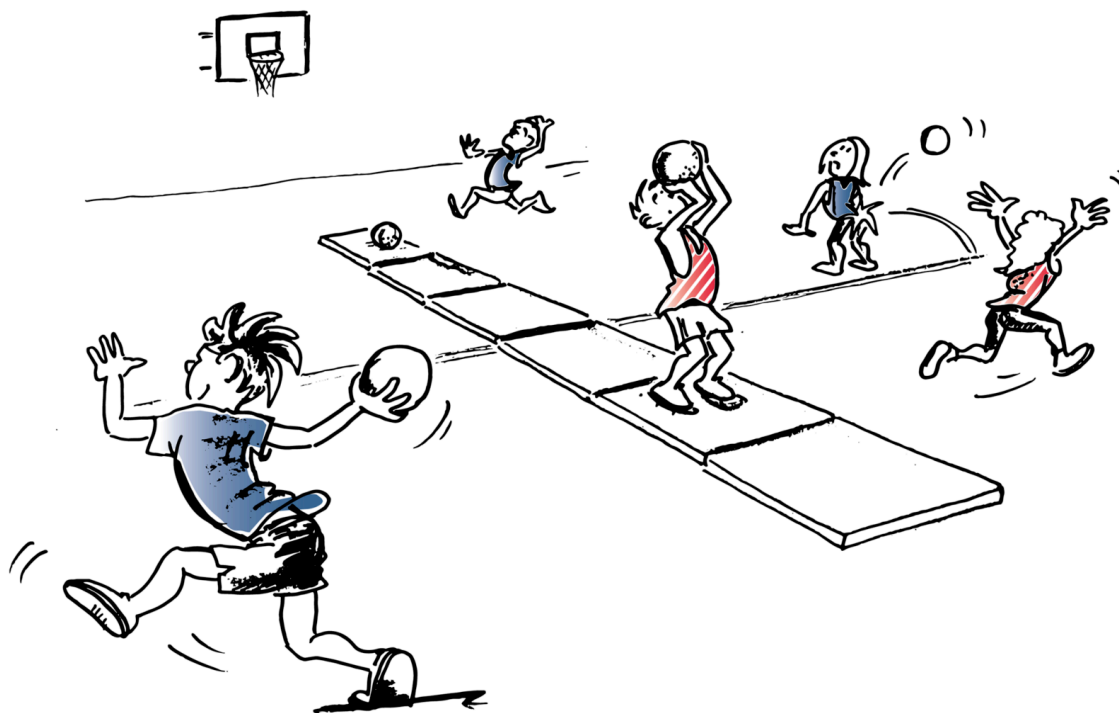
- Il est interdit de courir avec le ballon dans la main.
- Le jeu se joue avec deux ballons.
- Il est possible de défendre avec le ballon.

Variantes

- Considérer le tireur ou la tireuse comme touché-e si le ballon est attrapé.
- Faire jouer trois ou quatre équipes en même temps.

Matériel: 2 ballons, sautoirs

Balle assise basketball



Deux équipes jouent à la balle assise. Environ cinq tapis de gymnastique sont alignés au sol de part et d'autre du centre du terrain en direction des deux paniers de basketball de manière à former une piste; une balle est posée, à chaque fois, sur le premier tapis de l'équipe. Quand une personne est touchée, le tireur ou la tireuse peut avancer la balle de son équipe d'un tapis. Dès qu'une équipe a l'impression de pouvoir marquer un panier du tapis où se trouve sa balle, elle peut tenter un essai. Si elle réussit, elle marque un point, aucun dans le cas contraire. Dans les deux cas, la balle est replacée sur le premier tapis comme au début. Le jeu s'arrête au bout de 10 minutes ou dès qu'une équipe a marqué deux points.

Compétences: tactique, coopération, collaboration

Intensité: élevée

Durée: 10 minutes

Règles

- Il est interdit de courir avec le ballon de basketball dans la main.
- Le jeu se joue avec deux ou trois ballons.
- Il est possible de défendre avec le ballon.
- La balle doit être immédiatement avancée d'un tapis quand une personne est touchée. Le jeu est alors interrompu pendant ce temps.

Variante

- Attendre d'être sur le dernier tapis pour tirer au panier.

Matériel: Env. 10 tapis de gymnastique, 2 balles, 2 ballons de basketball, 2 paniers de basketball, 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