

Joutes polysportives

Jouer les uns avec les autres

Deux équipes débutent sur chaque terrain. A la fin du jeu ou de la séquence de mouvement, à un signal donné par l'enseignant, les équipes changent de terrain: la moitié d'entre elles tournent dans un sens, l'autre en sens inverse.

**Football sur un petit terrain**

Au maximum cinq joueurs par équipe (3-3, 3-4, 4-4, 4-5, 5-5). Dimensions maximales du terrain: 20 x 30 m (env. 1/3 de la longueur et de la largeur d'un terrain de football).

Buts: 5x2m à utiliser en position standard ou couchée. Sont également adaptés: «pop up goal», piquets, cônes, assiettes de marquage, etc.

Ballons: taille 4 (290 g), évent. en mousse ou en plastique. Temps de jeu: 10-12 minutes sur chaque terrain.

Pas de gardien: le dernier joueur a le droit de prendre la balle avec les mains.

Pas d'arbitre: les enfants appliquent les règles de manière autonome.

Règles simples: pas de hors-jeu.

**Plusieurs éléments décident du succès d'une fête:**

Les jeux et exercices proposés ci-après ne sont que des exemples. Une fête du jeu est un puzzle composé de plusieurs formes de jeu et de mouvement. L'âge, le nombre de participants et leurs capacités rendent chaque manifestation unique.



- Courir, sauter
- Se tenir en équilibre
- Rouler, tourner
- Grimper, prendre appui
- Balancer, s'élaner
- Danser, rythmer
- Lancer, attraper
- Lutter, se bagarrer
- Glisser, déraper
- Autres formes

**Une fête du jeu s'appuie sur un jeu connu:** Le football n'a pas de mystère pour la plupart des enfants.

Il peut être complété par diverses tâches motrices. Toutefois, celles-ci doivent avoir été entraînées initialement pour éviter que trop d'éléments nouveaux soient assimilés en une fois.

