

Joutes polysportives

# Jeux de l'échelle géant

- 1) Placarder le jeu de l'échelle sur un panneau ou contre une paroi.
- 2) Former les équipes.
- 3) Jeter le dé, avancer du nombre de terrains indiqué et placer son pion (aimant, punaise) sur la case concernée.
- 4) Réaliser la tâche ou le jeu correspondant.
- 5) Passer son tour si une case est déjà occupée par une équipe.

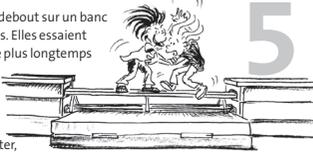
**Les enfants proposent aussi des jeux et des activités:** Une fête du jeu se prête bien à cet échange d'idées. Les enfants peuvent décider ensemble des jeux et de leurs règles.

**Zones d'attente animées:** Les enfants obligés d'attendre doivent avoir la possibilité de jouer à leur convenance avec des balles ou d'autres engins.

**Un début et surtout une fin:** Le nombre d'exercices et leur durée doivent être annoncés. On peut également déposer sur chaque terrain un minuteur de cuisine que les enfants activent eux-mêmes. Le vainqueur final est l'équipe qui a atteint en premier l'arrivée. La récompense est une salve d'applaudissements de la part de tous les participants.



- 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

<p><b>Boccia</b>  <b>Comment?</b> Pierre, Sylvie et Marc doivent placer leur balle le plus près possible du «cochonnet». Chaque équipe joue à tour de rôle. Qui est le plus précis?  <b>Matériel:</b> Une balle par joueur, un cochonnet.  <b>Pourquoi?</b> Lancer, attraper, rouler.</p> 	<p><b>1</b>  <b>Relancez le dé</b></p> 	<p><b>2</b>  <b>Volant</b>  <b>Comment?</b> En lieu et place d'un filet, disposer deux cordes parallèles à même le sol pour séparer les deux équipes. Christine, Nicole et Tamara sont d'un côté, Sara, Daniel et Patricia de l'autre. Les deux équipes se renvoient la balle (ensemble et non l'une contre l'autre). Arrivent-elles à dix passes?  <b>Matériel:</b> Raquettes en plastique, volant ou balle en mousse.  <b>Pourquoi?</b> Lancer, attraper (tirer, passer).</p> 	<p><b>3</b>  <b>Coup franc</b>  <b>Comment?</b> Claude essaie de retenir les tirs des camarades de l'équipe adverse. Puis, c'est à son tour et à celui de ses coéquipiers de tromper la vigilance de Roberto. Le jeu s'intensifie s'il y a plus d'un but comme cible.  <b>Pourquoi?</b> Lancer, attraper (tirer).</p> 
<p><b>En équilibre</b>  <b>Comment?</b> Céline et Emeline sont debout sur un banc suédois et se tiennent par les mains. Elles essaient de se déséquilibrer. Qui demeure le plus longtemps sur le banc?  <b>Matériel:</b> Banc suédois. Une corde tendue sur le sol peut également faire l'affaire.  <b>Pourquoi?</b> Se tenir en équilibre, lutter, se bagarrer.</p> 	<p><b>4</b>  <b>Désolé, revenez à la case 4</b></p>	<p><b>5</b>  <b>Cross</b>  <b>Comment?</b> Servane effectue un parcours avec un ballon qu'elle porte, fait rebondir ou conduit avec le pied. L'exercice peut également comprendre des tirs en direction d'une cible.  <b>Matériel:</b> Piquets, cônes, haies, etc.  <b>Pourquoi?</b> Courir, sauter, lancer, attraper (faire rebondir, conduire, tirer), rythmer.</p> 	<p><b>6</b>  <b>Bob à deux</b>  <b>Comment?</b> Elliott est debout ou à genoux sur une planche à roulettes. Liam le tient par les hanches et le pousse sur un parcours parsemé d'objets à contourner. Les rôles sont ensuite inversés. Prendre garde aux risques de blessure et prévoir une zone de chute.  <b>Matériel:</b> Planche à roulettes, objets de marquage.  <b>Pourquoi?</b> Se tenir en équilibre, glisser, déraper.</p> 
<p><b>Marais</b>  <b>Comment?</b> Sébastien, Enzo, Océane et Lilou doivent obligatoirement avoir les deux pieds sur des journaux pour éviter l'enlèvement. Ils déplacent ensuite un journal après l'autre vers l'avant de manière à progresser en toute sécurité. Si un joueur perd l'équilibre, toute l'équipe recommence l'exercice. Quelle équipe atteint en premier l'autre rivage?  <b>Matériel:</b> Journaux ou petits tapis.  <b>Pourquoi?</b> Se tenir en équilibre.</p> 	<p><b>7</b>  <b>Au vol!</b>  <b>Comment?</b> A un signal donné, Maël et Evan courent en direction d'un ballon et tentent de le ramener dans leur camp. Léna, Léo et Tom essaient de les en empêcher et de s'emparer du ballon. Quelle équipe récolte le plus grand nombre de ballons?</p> 	<p><b>8</b>  <b>Estafette II</b>  <b>Comment?</b> Les joueurs des deux équipes courent avec un anneau en main ou un ballon au pied en direction d'une cible. Lorsqu'ils ont touché la cible (avec l'anneau ou le ballon), ils peuvent revenir à la case départ et transmettre le témoin au coéquipier suivant.  <b>Matériel:</b> Deux ballons ou anneaux, cibles.  <b>Pourquoi?</b> Lancer, courir.</p> 	<p><b>9</b>  <b>Parfait, avancez jusqu'à la case 14</b></p>
<p><b>10</b>  <b>Rouleau</b>  <b>Comment?</b> Anne et Manon sont dans un rouleau et donnent des indications (sens, direction, vitesse) à Nathan qui les pousse.  <b>Matériel:</b> Trois à cinq cerceaux fixés autour d'un ou deux tapis.  <b>Pourquoi?</b> Rouler, tourner.</p> 	<p><b>11</b>  <b>Escalade</b>  <b>Comment?</b> Hassan grimpe le long d'un banc suédois fixé aux espaliers, puis descend. C'est ensuite au tour de Nadia, Shane et Mathieu.  <b>Matériel:</b> Espaliers, tapis, banc suédois.  <b>Pourquoi?</b> Grimper, prendre appui.</p> 	<p><b>12</b>  <b>Pas de chance, retournez à la case 10</b></p>	<p><b>13</b>  <b>Arrivée</b></p>