

Cerceau chenille

Matériel : un cerceau

Le jeu :

Demander à tout le monde de se tenir la main et de se tenir en cercle.

Pour commencer le jeu, passer le bras d'un joueur dans le cerceau.

De là, le reste du groupe doit passer le cerceau autour du cercle sans se lâcher les mains

Fin du jeu : une fois que le cerceau est passé de « main » en « main » jusqu'au point de départ, le jeu est terminé.

Si c'est trop rapide, mettre les deux équipes en confrontation ou demander de recommencer l'exercice 2 à 3 fois.



Relais 40 m

Matériel : un sifflet ou tape dans les mains, 2 témoins, 4 plots

Le jeu :

Placer les 2 plots à 20 m de distance. Les équipes se positionnent en file indienne derrière leur plot.

Au signal du départ, le premier part avec le témoin et court jusqu'au plot, le contourne et revient en courant pour le donner au deuxième. Et ainsi de suite jusqu'à ce qu'il y ait le même nombre de tours dans les 2 équipes.



Jeu de l'horloge

Matériel : un ballon, 2 équipes

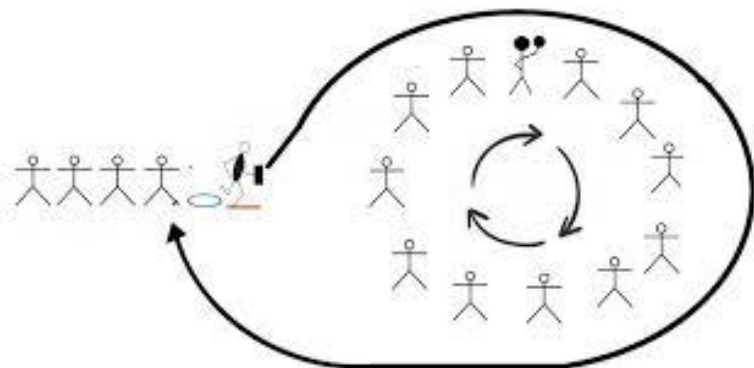
Règles du jeu :

La première équipe sera les « passeurs ». Elle devra former un cercle et passer le ballon le plus rapidement possible dans le sens des aiguilles d'une montre. Elle devra compter à voix haute le nombre de passes.

La seconde équipe sera les « coureurs ». Elle sera positionnée en file indienne entre 5 et 10 m du cercle. Au top départ, le premier coureur court autour du cercle et tape dans le main du suivant.

La course de relai terminée sonne la fin de la partie. On comptabilise le nombre de passes réussies.

Ensuite, on inverse les rôles. L'équipe gagnante est celle qui aura comptabilisé le plus de passes.



Saut en longueur

Matériel : des lattes, des plots ou des coupelles, un sautoir,

Règles du jeu : battre son record personnel

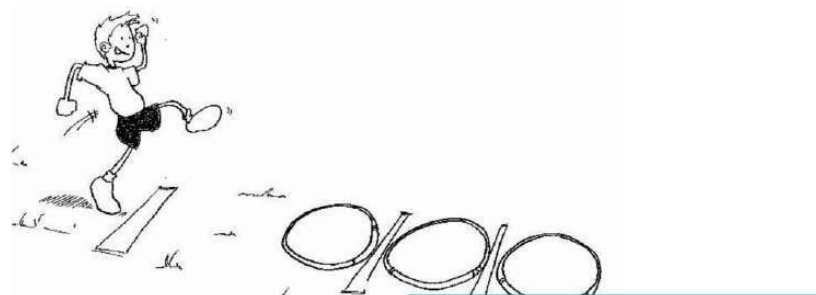
Même principe que lors du kids'athlé

Faire une zone d'élan de 10 m

Faire des zones de réception dans le sable.

Chaque enfant passera une première fois puis une seconde voire une troisième fois s'il reste du temps.

Chaque enfant doit améliorer son record personnel si possible.

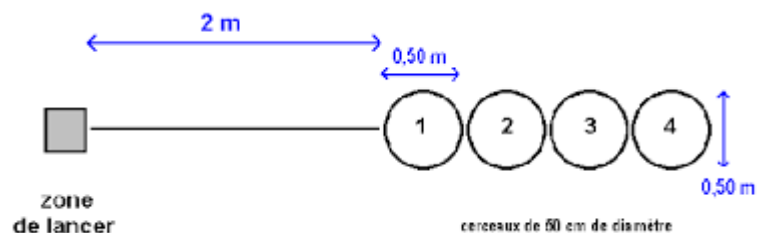


Lancer de balles lestées

Matériel : des lattes ou des plots, des balles lestées dans un seau, des cerceaux

Règles du jeu : lancer les balles lestées dans les cerceaux

Placer 5 cerceaux à différentes distances. Placer le seau rempli de balles lestées à 2 m du premier cerceau. Laisser 3 essais à chaque enfant.



Pancakes

Matériel : 20 raquettes de tennis, 2 galettes apportées par Isabelle

Règles du jeu :

Chaque joueur prend une raquette et se positionne en file indienne. Le premier place la galette sur sa raquette, se retourne et la donne au suivant en retournant la galette. Et ainsi de suite.

Le but est de se passer la galette sans la faire tomber.

Le premier se met à la fin de la file pour parcourir une distance de 30 m ou 40 m. ou 50 m.

Dessus dessous

Matériel : deux ballons

Règles du jeu :

L'équipe se met en file indienne, jambes écartées

Le premier de la file a le ballon et le passe vers l'arrière sous ses jambes. Le ballon doit arriver jusqu'au dernier de la file qui le récupère. Ensuite il court pour devenir le premier et continue à passer le ballon sous ses jambes.

Le jeu se termine lorsque chaque enfant a été le premier de la file.

Variante : On peut essayer de le faire en faisant, une fois dessus, une fois dessous...



Parcours les yeux bandés

Matériel : des foulards, des lattes, des plots, 6 cerceaux, 6 haies, ...

Règles du jeu :

Se mettre en binôme. On commence par les plus jeunes qui auront les yeux bandés. Les plus grands vont les guider en leur tenant la main puis inverser ensuite.

Marcher sur 5 mètres à l'endroit, marcher sur 5 mètres en marche arrière, marcher à l'endroit sur des lattes comme s'ils étaient en équilibre sur une poutre. Faire un tour sur soi-même, passer 3 haies, sauter à pieds joints dans 2 cerceaux.

S'il reste du temps, on peut imaginer de le faire une 2^{ème} fois sans que la guide tienne l'autre.