



BAFA stage de formation générale 22-29 Octobre 2011

-

Saint Priest de Gimel

Livret d'activités

Sommaire

34 délivrance
Accroche-décroche
Applaudie et attrape
Atelier hip-hop
Ballon aux refuges
Ballon prisonnier
Douanier contrebandier
Drôle de création
Ecoute-moi
Esquive ballon en cercle
Filet du pêcheur
La balle au prisonnier
La défense du ballon
La fresque imaginaire
La gamelle
La passe à 10
La poursuite des ballons
Lapin chasseur
Le béret
Le chef d'orchestre
Le gardien aveugle
Le mot intrus
Le relais sncf
Lièvre et chien
Lucky-luke
Méli-mélo
Minuit dans la bergerie
Miroir miroir où est la lumière
Passage du gué
Passe-moi la balle
Relais kangourou
Relais tunnel
Slalom à yeux bandés
Tour de contrôle

Ce livret ne peut faire l'objet d'une commercialisation.

Fiche d'activité

Nom du jeu: 34 délivrance

Effectif: 5 minimum

Tranche d'âge: 8-14 ans

Durée: 10 minutes minimum

Matériel: une forêt

But du jeu: trouver les personnes cachées et faire des prisonniers

Capacités visées: apprendre la coopération
échanger

Variante: jouer avec deux équipes égales

déterminer un ordre de passages

Règles et déroulement :

Il y a deux équipes dont l'une de deux et une avec tout les autres.

Chaque équipes a un "cri de guerre" et communique exclusivement avec ce cri.

Le but pour l'équipe de deux est de trouver les autres pour les faire prisonniers, en communiquant.

Le but de l'équipe adverse est de délivrer leurs coéquipiers.

⚠ IL faut se déplacer toutes les 60 secondes environ

C'est parti !

Fiche d'activité

ACCROCHE - DECROCHE

Age : à partir de 4 ans

Effectif : 10 à 30 (nombre pair)

Intérêt : - Perception de l'espace
- Maîtrise du corps
- Jeu d'opposition

But du jeu : Pour le chat attraper la souris

Règles : Les joueurs se donnent le bras par couples et se dispersent sur l'aire de jeu. Leur mains libre est placée sur la hanche. La souris court en passant où elle veut entre les couples. Le chat la poursuit en suivant le même chemin. Le joueur en surnombre dans le couple devient alors souris. Si le chat attrape la souris, les rôles s'inversent.

Variante : Pour les tout petit : Joueurs dispersés sur le terrain. Dès que la souris se place à côté de l'un d'eux il devient souris.

Fiche d'activité

Nom du jeu: applaudit et attrape

Tranche d'âge: 8 - 12 ans

Matériel: 1 ballon de rugby.

But du jeu: le but du jeu est de ne pas avoir de contraintes (voir règle et déroulement)

Capacités visées: réflexe, adresse, précision, compétitivité

se mettre en cercle.

Règle du jeu: faire une passe avec le ballon à mi-volée quelle joueur, le joueur receveur doit taper une fois dans ses mains avant de recevoir le ballon, si le dernier oublie la prochaine fois il devra taper 2 fois et si il perd encore il devra se mettre sur une jambe en plus de taper 2 fois. Les jointes sont autorisées.

Variante: un joueur se met au centre du cercle et fait des passes à tous les joueurs, il ne doit pas sauter sur un joueur. le joueur du centre avant de recevoir le ballon doit taper dans ses mains et ... voir fin de règle de jeu.

Effectif: minimum 5 joueurs

Durée: indéterminée.

- 1- mime
- 2- miroir
- 3- 1, 2, 3 soleil
- 4- rythme et pulsations

Atelier hiphop

5- petit cours hiphop

Durée : 45 min

âge : 11-14 ans

effectif : 15 à 25 pers

But : ① développer sa créativité et son imagination.

② être coordonné

③ développer sa concentration et son rythme

④ se déplacer en rythme

Capacité : ① L'enfant sera capable d'utiliser l'expression corporelle pour communiquer

② " d'imiter les gestes de son partenaire.

③ " se coordonner à un tempo.

④ " de marcher en fonction du rythme de la musique.

Règles : ① Un enfant doit tirer un papier et mimer le mot écrit dessus en 1 minute. Les autres doivent deviner, si personne ne devine l'enfant à perdu.

② Se mettre par deux, face à face. L'un fait des gestes debout et l'autre doit l'imiter comme un miroir.

③ Un enfant meneur se met face à un mur, l'autre partie du groupe se met à la ligne de départ. Le meneur dit "1, 2, 3 soleil" pendant ce temps le groupe avance, au mot "soleil" le meneur se retourne et le reste du groupe doit rester immobile. Si l'un du groupe bouge quand le meneur se retourne, il recommence.

④ On met une musique. Tout le groupe doit marcher en rythme sur la musique donnée.

Variante : ① Au lieu de 1, 2 enfants miment.

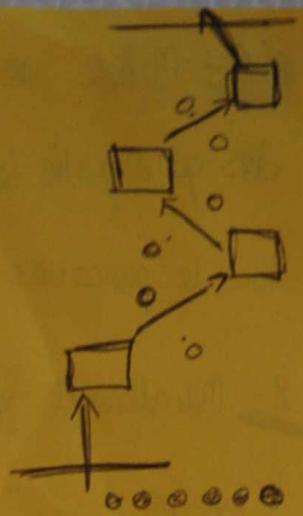
② faire le miroir allongé

③ faire des pauses spécifiques, de break par ex.

④ Marcher à pied joint.

leu.

Ballon aux refuges



Age: A partir de 8 ans.

Matériel: 3 ballons, 4 cerceaux, plots.

Effectif: 10 à 20 personnes.

Capacités: Maîtrise du corps, agilité (ballon), perception de l'espace.

But: Arriver à la fin du parcours sans se faire toucher par les adversaires.

Règles: Il y a deux équipes (noire et blanc). L'équipe noire se met derrière la ligne de départ et doivent un par un effectuer le parcours en s'arrêtant ^{obligatoirement} dans chaque cerceau ~~parce qu'ils sont~~ et sans se faire toucher par les ballons que se passent l'équipe ~~noire~~ blanche.

Si un joueur de l'équipe noire est touché, il repart derrière la ligne d'arrivée et recommence. Le jeu se fini quand toute l'équipe noire a réussi à traverser tout le parcours.

1- Mettez vous en rang, le 1^{er} part fait le parcours, dès qu'il quitte le 1^{er} cerceau, le 2^{ème} part... Effectuez tous le parcours une fois. "STOP"

2- Maintenant faites 2 équipes. Donnez un nom à votre équipe. L'équipe "..." se met derrière la ligne de départ... L'autre équipe se place par couple sur les trajets entre les cerceaux et lorsque un joueur de l'équipe "..." passe il faut que le couple se passe le ballon en essayant de le toucher.

3- Stop, vous avez vu, il s'est fait toucher, maintenant il doit recommencé.

4- le jeu fini quand tout l'équipe "..." a réussi le parcours.

Ballon prisonnier

Lila Viguie

dès 6-7 ans - 14 ans

2 équipes de 6 joueurs

Matériel requis : plots + ballon

But : Faire prisonnier tous les joueurs de l'équipe adverse en les touchant avec le ballon.

Règles et déroulement

- On fait 2 équipes réparties chacune réparties dans une partie délimitée et égale du terrain
- Les joueurs d'une équipe doivent toucher un maximum de joueurs de l'équipe adverse.
- Si le joueur vise bloque la balle, il n'est pas fait prisonnier - Si étant touché, la balle se retrouve bloquée par l'un de ses camarades de jeu avant que celle-ci ne touche le sol, il en est de même.
- Par se délier, le joueur fait prisonnier doit toucher un joueur de l'équipe adverse.
- La balle mise en touche est remise en jeu par l'équipe adverse. Cette balle, lorsque sortie du camp par un joueur qui la détient, le ballon est perdu par l'équipe

Variante :

- On peut rajouter un ballon pour compliquer le jeu, mais cela nécessite des règles très précises et une surveillance encore plus importante de la part de l'arbitre.
- On peut aussi décider d'arrêter le jeu au bout d'un temps qui aura été prédéterminé - Au bout de ce temps réglementaire, l'équipe gagnante est celle qui a le moins de prisonniers.

→

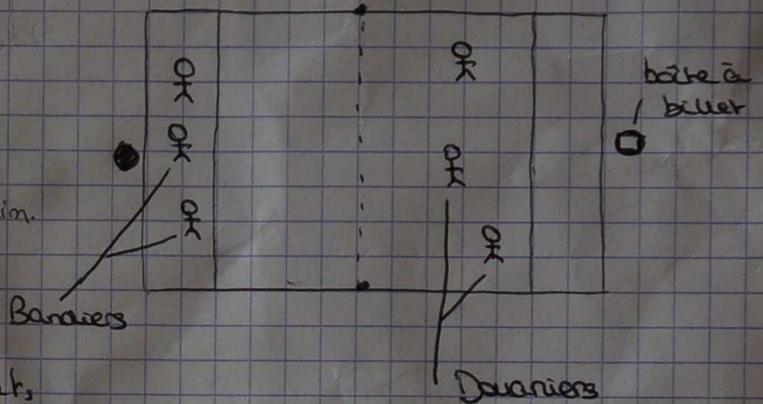
Douamien contre bandier.

Age: 8 → 17.

2 équipes équilibrées.

ce jeu se joue dans une forêt / terrain.

Délimitat° terrain.



but: Les bandiers doivent ramener la plus grosse somme dans la \square à billets placés dans le camp adverse.

pendant leur course, si un bandier est touché ce dernier aura 30 secondes pour repartir chercher le billets cachés par le ~~bandiers~~ ^{douamien} sur lui (de façon non voyante & accessible)

À la fin de 30 secondes le bandier peut repartir si le douamien n'a pas ramené le billets cachés afin de rejoindre la boîte.

Durée de jeu: 10 minutes \pm / équipe (à changer bandier/douamien)

Matériel: billets

Alkram

Drole de création

6-8 ans

24 joueurs

matériau

- matériaux de récupération (jongle) (ongible)
- chewing gum
- peau de fruit

durée: 45 min.

but de l'activité:

Sensibilisation aux gestes éco-citoyens et la nature tout en réalisant une création du choix de l'enfant.

capacité visé:

- observation
- réflexion
- éco-citoyen.

Règles et déroulement

- QUIZZ image traitant la pollution le recyclage et l'économie d'énergie. (15 min)
- Balade en forêt: recherche d'élément naturel pouvant faire partie de la drôle de création + découverte de la flore présente au cœur du centre (10 min)
- Atelier, création réalisée une création ayant pour thème: quelque chose qui vous vient en pensant au Limousin (matériel disponible: matériel de récupération, élément naturel récolté lors de la balade et également proposé par les animateurs).

Fiche d'activité

- * Titre: Ecoute moi!
- * Age: 16 / 17 ans
- * Effectif: nb pairs
- * Durée: 20 min ~
- * Matériels: plots et foulards.
- * But: se rejoindre le plus vite possible la personne qui l'appelle.
- * Capacités visées: équilibre, orientation, l'écoute, développement de l'avis.
- * Règles et Déroulement:

↳ Faire deux colonnes:

- 1^{ère} colonne: les yeux bandés

- 2^{ème} colonne: les yeux non bandés

↳ Donner le nom d'une personne qui a les yeux bandés à une personne qui n'a pas les yeux bandés.

↳ Mettre les personnes qui ont les yeux bandés au centre du terrain délimité.

↳ Épauciller les personnes qui ont les yeux non bandés autour des personnes qui ont les yeux bandés dans le terrain délimité.

↳ Rejoindre à présent le plus vite possible la personne qui l'appelle.

Étapes:

- ↳ Demandez de faire deux équipes.
- ↳ Demander à une équipe de faire les poteaux.
- ↳ Dire à l'autre équipe la personne de qui il doit s'occuper.
- ↳ Mettre les yeux bandés au centre du terrain.
- ↳ Éparpiller les autres autour des poteaux.
- ↳ Et annoncer le départ du jeu.

⚠: Ne pas oublier.

- ↳ Ne pas courir.
- ↳ Ne pas crier.
- ↳ Faire attention à ne pas dépasser les limites.
- ↳ Mettre les mains devant soi bandées.

« Esquive - ballon en cercle »

Tranche d'âge = 6-12 ans

Effectif = 6 à 20 joueurs
2 équipes

Matériel = 1 ballon

But du jeu = pour les chasseurs = toucher les lapins. Pour les lapins = éviter de se faire toucher.

Règles et déroulement = Un lapin n'est pas touché si =
- la balle a touché le sol avant de l'atteindre
- la balle le touche à la tête
- s'il bloque la balle

La moitié des joueurs se trouve au centre du cercle.
Tout joueur touché passe dans le camp des chasseurs.
Le dernier joueur est gagnant.

Capacités visées = Maîtrise de l'engin, maîtrise de l'espace, maîtrise du corps (esquive), jeu d'opposition

- 1 - Regrouper le groupe -
- 2 - Le diviser en 2 = lapins et chasseurs.
- 3 - Expliquer la disposition (chasseurs en cercle et lapins dispersés dans le cercle).
- 4 - Expliquer les règles.

Lise

Mise en situation

- Filet du pêcheur -

Âge : ~~6-10 ans~~ ~~7-10 ans~~ 4-8 ans

Effectif : +10 pers.

Règles : 2 équipes → une fait une ronde = former le filet - se donne la main en hauteur

→ autres sont les poissons
- extérieurs.

- Les joueurs formant le filet conviennent entre eux d'un nbre. Ils se mettent à compter.
- Les poissons doivent alors traverser le filet
- Quand les joueurs du filet ont atteint le nbre fixé ils baissent les bras faisant prisonniers les joueurs se trouvant à l'intérieur /
- Prisonniers viennent agrandir le filet (la ronde).
→ reprendre un nombre.
- Gagnant = dernier pris.

Capacités visées : maîtriser le temps et son corps.

Espace :

Durée : fin du jeu = gagnant = dernier pris.

Matériel : /

La Balle au prisonnier

Age: A partir de 8 ans

Effectif: 2 équipes de 7 joueurs

Matériels: 1 ballon + des plots

Capacités: Agilité (ballon), stratégie, perception dans l'espace.

But: Faire "prisonnier" tous les joueurs de l'équipe adverse en les touchant à la volée avec le ballon.

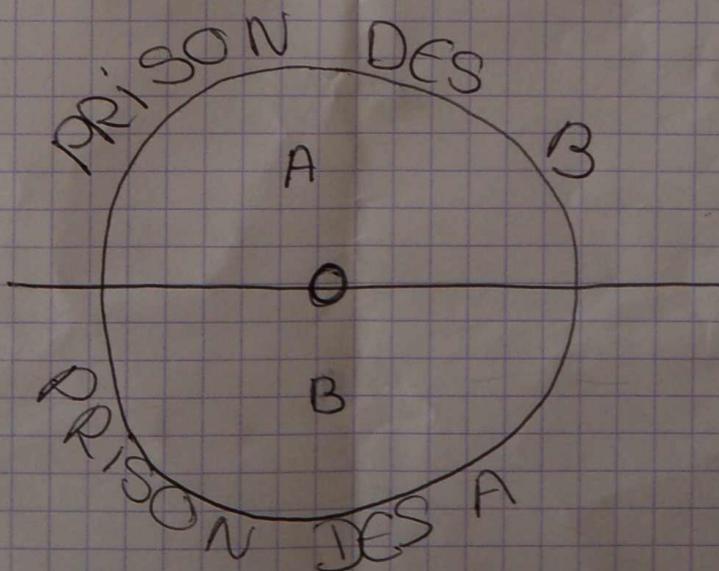
Règles: - Si le joueur vise et bloque la balle, il n'est pas fait prisonnier

- Quand le ballon sort du terrain, la balle revient au camp adverse.

- Pour qu'un prisonnier se délivre il faut qu'il touche un joueur adverse.

- Quand un joueur sort du terrain avec le ballon, l'équipe adverse prend le ballon.

Schéma:



- 1 - Faire des échauffements (poignet, bras, coude, épaules)
- 2 - Dire à 2 personnes de choisir des gens pour faire 2 équipes (alterner fille / garçon), leur faire choisir un nom + un cri d'équipe.
- 3 - leur dire de toucher les adversaires sans dépasser les épaules.
- 4 - Stop, quand un joueur est touché il va en prison il prend la balle et essaye de toucher un adversaire pour se libérer.
- 5 - Stop, rajouter un ballon.

La défense du ballon

en équipe.

base : 8 joueurs et +

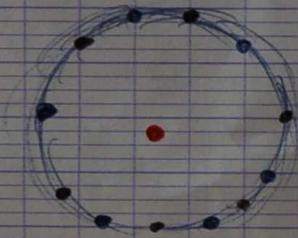
offensif : 10 à 13 joueurs + 1 défenseur

Durée :

Espace : Terrain plat

matériel : 1 ballon + quille ou batelle plastique

Disposition des joueurs :



- Les attaquants

- 1 ou 2 défenseurs selon variante

Consignes :

- Faire 2 équipes, choisir **un défenseur**
les équipes les disposer en cercle autour
du **défenseur** de la quille. ne pas faire tomber
le ballon avant de toucher la quille sinon point
nulle et le ballon du coup revient à l'équipe
adversaire.

Le défenseur :

protège la quille et distribue la balle
à chaque équipe après chaque essai
il fait office de **meneur** et compte les points

le but : la première équipe à avoir fait
tomber 3 fois ou plus la quille avant l'équipe
adversaire à gagner.

Fiche d'activité

Nom du jeu = "La Fresque imaginaire"

Tranche d'âge = 3-5 ans

Effectif = de 15 à 30 enfants

Durée = 45 minutes

Matériel = matériel fongible + histoire / conte
Matériel disposé sur une table

But du jeu = développer l'imaginaire et communiquer avec les autres

Capacités visées =

- être capable de s'intégrer ds un groupe
- être capable d'utiliser différents moyens d'expressions

Règles et déroulement = A la suite d'une histoire racontée, les enfants sont répartis dans 3 groupes dont le but est de créer des personnages issus de l'histoire ainsi que l'un des lieux principaux. Chaque enfant de chaque groupe s'inspire de la création des uns des autres. Une fois les créations terminées, les enfants se réunissent autour d'une même table et disposent leurs créations sur une feuille commune. Le tout créera une fresque.

Fiche de jeu

LA GAMELLE

Jeu de connaissance
et grand jeu

Tranche d'âge = 8 à 17 ans

Matériel : "une forêt", un ballon

Deux "équipes" : 1 joueur, le "gameleur"
contre les autres.

- Désigner un gameleur + dire le terrain
- Les autres vont se cacher
- Le ballon est fixé et reste à un endroit
- Le gameleur se "balade" au hasard et en voyant un ennemi touche le ballon du pied et dit le nom de l'ennemi.
- celui-ci se rend
- Ainsi de suite, les prisonniers forme une chaîne

Fin de partie : un ennemi du gameleur doit venir délivrer ses camarades en voyant dans la ball sans se faire voir et capturé par le gameleur

(O)

le gameleur a fait tout le monde prisonnier

la passe à 10 -

Joséphine Tranche d'âge → 10 à 14 ans

Effectifs → nombre pair - 14 personnes

Donc durée 5 à 10 min.

délimitation du terrain + balle en mousse = risq
évités

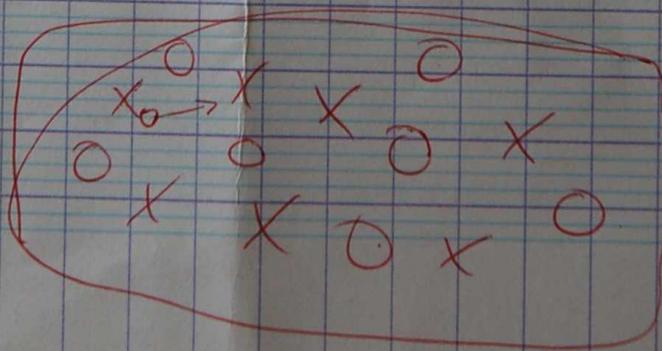
le ballon
But = faire 10 passes sans perdre. - Si elle est dehors
donc hors des limitat° de terrain ou intercepté c'est
à dire touchée par l'équipe adverse. La balle est
à l'autre équipe

Déroulement → c'est au temps, l'équipe qui a
le plus de point est gagnante.

Variante = - balle doit faire un rebond avant d'être
intercepté par un joueur

Qd on a la balle, on ne doit pas
bouger pour la renvoyer à son copain.

Capacités visées =
communication
précision - vue
importante



Fiche d'activité

Titre: la poursuite des ballons

Effectif: 10 à 15 joueurs

Age: A partir de 4 ans

Durée:

Matériel: 2 ballons

But: Pour chaque équipe faire progresser le ballon le plus vite possible et essayer de rattraper le ballon des adversaires.

Capacités visées: coopération, opposition entre 2 équipes

Règles et déroulement: Faire 2 équipes (jaune et rouge).

Faire une ronde en alternant un joueur de chaque équipe! 2 joueurs qui ne font pas équipes et se faisant face à face dans la ronde prennent un ballon.

Au signal, les 2 joueurs doivent faire des passes à leur voisins de la même équipe.

Les joueurs n'ont pas le droit de gêner la progression du ballon adverse.

L'équipe dont le ballon a rattrapé le ballon adverse a gagné.

Variante: On peut espacer les joueurs dans la ronde selon l'âge. On peut également changer le mode de passe. Par exemple, se faire des passes au-dessus des joueurs adverses!

Lapin chasseur

A partir de 8 ans

A partir de 10 joueurs réparti en 2 équipes

Matériel: un ballon

But: pour les chasseurs toucher les lapins
pour les lapins esquiver le ballon.

Capacités visées: Apprendre à esquiver un ballon (lapin)
Viser un joueur en déplacement

Règles et déroulement:

Le 1^{er} lapin rentre sur le terrain, le ballon part en même temps. Les chasseurs essaient de le toucher le plus rapidement mais ils n'ont pas le droit de bouger avec le ballon.

Lorsque le lapin est touché il va sur le côté et on compte combien de lapin sont mort on change les rôles et on regarde qui a fait le meilleur score.

- Le Beret -

- De 6 à 11 ans
- Un objet (un bonnet, une écharpe etc...)
- Attraper l'objet le premier
- 2 équipes de 7 enfants
- L'équipe qui gagne est l'équipe qui arrive à 5 pts.
- - Quand l'animateur dit le mot **Beret** les 2 équipes courent vers l'objet pour l'attraper en même temps.
 - Les joueurs ont un temps limite pour attraper l'objet.
- Chaque membre de chaque équipe choisissent un numéro entre 1 et 7. A chaque fois que l'animateur dit un nombre entre 1 et 7, le numéro correspondant à ce chiffre dans les 2 équipes s'avancent et doivent attraper l'objet placé au milieu des 2 équipes en premier et le ramener dans son clan le plus rapidement. Si l'adversaire le touche le point revient au clan opposé.

Stephanie

Nom du jeu = "Le chef d'orchestre" 71

Tranche d'âge = 6 à 8 ans

Effectif = 8 à 20 joueurs

Durée = — (rapide)

Matériel = aucun

But du jeu = pour le joueur sortit du cercle, essayer de découvrir qui est le chef d'orchestre.

Capacités visées = coopération, communication, jeux de rythme, observation

Règles et déroulement = Un volontaire sort = en son absence, les autres désignent l'un d'entre eux qui sera le chef d'orchestre. Le volontaire revient au milieu du cercle. Les joueurs en cercle entonnent un chant rythmé par les gestes du chef d'orchestre (il tape sur ses genoux, ses mains, mime le joueur de piano, de ~~viola~~ violon ---) Tous les joueurs l'imitent. Le joueur extérieur de l'orchestre à 3 essais pour découvrir son chef.

Formation = jeu en rond.

Variantes = un temps imparti pour trouver le chef d'orchestre - 1 seul essai pour le trouver.

13 dans la boîte

Le Gardien aveugle

Age : 6 - 11 ans / 8 ans

Effectif : 11 personnes

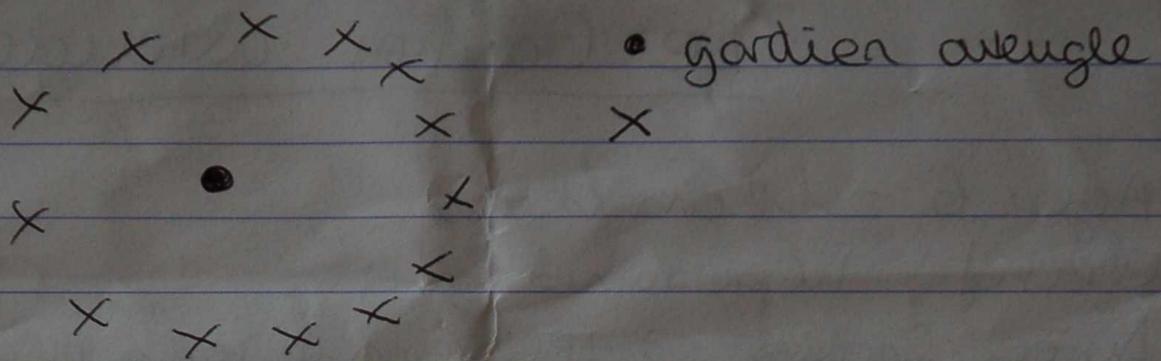
Durée : Gardien : 3 pts selon le temps qu'on dispose

Espace : ~~11~~

Matériel : boîte, papier, foulard

Faire 11 petits papiers avec écrit numéros de 1 à 11.

- 1) Faire faire un cercle
- 2) Donner numéros oral
- 3) Faire piocher papier lire le numéro
- 4) Numéro pioché = gardien = se met au centre du cercle met sa main devant les yeux / foulard
- 5) Je première à l'intérieur du cercle
- 6) Gardien aveugle appelle 2 numéros.
- 7) Les 2 personnes échangent leur place en traversant le cercle et marchant
- 8) Gardien aveugle devra alors toucher au des 2 → celui qui touche = gardien
- 9) Si il touche pas = garde son rôle
- 10) fin du jeu : le gardien doit changer 3 fois. Changer selon le temps qu'on dispose.



Variante :- Lettres alphabet à la place des numéros

- Pas de fourmis → cercle ⊕ petit.

Capacités visuelles = écoute, repère dans l'espace

Le mot intrus

Lila Viquié

des 6 ans jusqu'à 17 ans

Matériel requis : un pot dans lequel il y a des papiers avec des mots inscrits. Il peut aussi y avoir en objet qui sert de Totem dans le cadre d'une variante

But : Trouver le mot intrus

Règles et déroulement :

Un joueur désigné pioche un papier sur lequel est inscrit un mot. Lui seul doit connaître ce mot.

Il doit improviser une histoire dans laquelle il doit utiliser ce mot le plus de fois possible dans son improvisation.

Les autres joueurs doivent deviner ce "mot intrus" pour pouvoir gagner un point. Seulement pour ne pas être déçués, le joueur doit imaginer et développer une histoire fictive ou réelle cohérente et fluide.

La partie se termine lorsque l'arbitre le décide. Sinon, il est possible d'ouvrir une seconde fin de jeu : on décide d'un nombre de points. La première équipe qui atteint ce nombre de points marque la victoire du jeu.

Variante : on peut former deux ou trois équipes. Chacune d'entre elles doit décider d'un meneur qui changera à tour de rôle au cours de la partie.

Pour éviter d'avantage le jeu, son objet peut faire office de Totem. Le meneur désigné dans chacune des équipes doit s'imposer le plus vite possible de ce totem après s'être concerté sur la réponse avec le reste de l'équipe. De plus, pour un même mot, une équipe peut ne disposer que d'un certain nombre de propositions concernant le "mot intrus".
Enfin, le mot peut ne pas être un nom commun mais une attitude
(ex = roulement de gorge) →

Le relais SNCF

Éa

- De 6 à 12
- aucun matériel
- 2 équipes de 7
- Durée indéterminée
- But : Réaliser l'épreuve plus vite que l'autre équipe
- Capacités visées : coopération, maîtrise du corps, opposition entre équipes.
- Règle : les joueurs sont en équipe derrière une ligne. Au signal le n°1 de chaque équipe court en direction de la butée puis retourne chercher le n°2 avec lequel il effectue le m^{ême} trajet...
A chaque passage, il suffit qu'un des joueurs du train touche la butée.

Audrey L

Fiche d'activité

Titre : Lieure et chien

Effectif : 20 à 40 joueurs

Tranche d'âge : 8 à 14 ans

Durée : 10 à 15 min

Matériel : foulards

Espace : limité

But : les chiens doivent attraper le plus de lieures.

Capacités visées : maîtriser l'espace-temps et la coopération
opposition

Règles et déroulements : Il faut faire 3 équipes avec le même nombre de joueurs - 2 équipes de chiens et 1 de lieures.

Les lieures entrent sur le terrain et se placent.
Puis les chiens entrent et se mettent en chasse.
Les chiens doivent être 2 de la même équipe pour capturer un lieure. Quand un lieure est capturé, les chiens gardent le foulard et l'emmènent au meneur ! Quand tous les lieures sont capturés le jeu est fini.

Variante : les équipes peuvent tourner afin que tous les groupes puissent être des lieures.

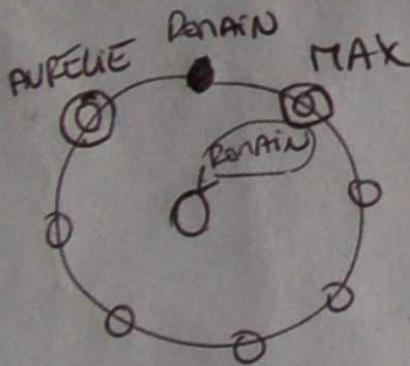
LUKY LUKE : jeu de connaissance

- à partir de 5 ans
- se joue en groupe, en cercle, avec un meneur

REGLE: donner le prénom

le meneur se place au centre et donne à voix haute les prénoms au hasard. La personne désignée se baisse.

les deux personnes qui se retrouvent face à face doivent donner leur prénom avant l'autre.



- RONAIN SE BAISSE
- AURELIE et MAX se retrouvent face à face et doivent donner le prénom de l'autre le + vite.

BUT: Connaissance des prénoms

ESPACE: extérieur de préférence

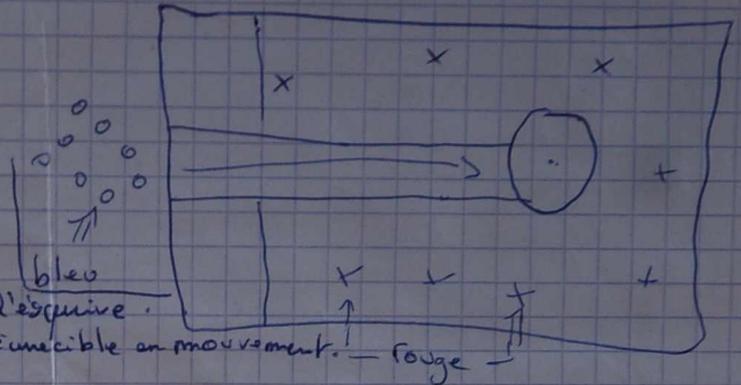
- 1 des 2 se fait éliminer.

Mise en situation.

Méli-Mélo.

L'équipe de 5.
minimum 9 ans
2 ballons en mousse

toucher le plus de joueurs, ça fait travailler l'esquive.
Maîtrise du corps, lancer, passe, tir, course, visé une cible en mouvement.



Je ferais deux groupes équilibrés, "rouge - bleu"

J'expliquerais les premières règles

"L'équipe bleu devra jeté un ballon ^{aux rouges} en ayant désigné un joueur avant, de traverser le couloir en courant pour se réfugié dans le cercle",

Je laisserais ensuite le jeu se déroulé un petit peu,

et je mettrai une variante,

"L'équipe des rouges devra laisser rebondi le ballon avant de toucher le joueur qui essaye de traverser le couloir."

Si il ya du temps, j'inverse les rôles des équipes.

Conclusion, ranger les plots, et direction le bariment.

AKRAM.

Minuit de la bergerie.

Age: 6-10 ans

Effectif: 20 à 30 joueurs ~

But = après avoir posé la question le loup répond et tous les moutons doivent courir vers la bergerie. sinon ils deviennent des loups.

Capacités: ruses, course, espace-tps.

Matériel: plots

Dr Imt: 1 loup au début et les autres sont des moutons. Il faut que les moutons posent la ? et que le loup y réponde pour que le jeu commence! 🚩

Fiche d'Activité

Miroir - Miroir où est la lumière

- 11-14 ans

- 4 équipes de 5-6 enfants à tour de rôle

Durée = 10 min

matériel = miroirs - lampe.

Capacité = travail de groupe, (stratégie).

Règles et déroulement :

1 → Chacun prend un miroir.

→ Le but est que la lumière atteigne la cible.

2 → La lumière doit passer par tous les miroirs.

Aide : - Regarder comment la lumière se reflète.

Variante → placer plusieurs cibles.

Sérénia

Passage du Gue!

4-8ans

20 enfants / 30.

Règle: Il y a une rivière et chaque équipe doit faire aller-retour en marchant sur des boîtes ou autres. La première équipe qui a fini, a gagné.

Consignes: 1) Faire deux équipes.

2) Leur faire mettre en place le terrain.

3) Leur expliquer les règles!

Matériel: 2 cerceaux et 4 plots.

Passe-moi la balle!

Âge → 8-12 ans

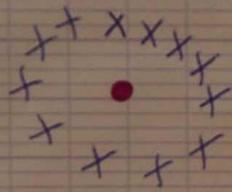
Effectif → +10 joueurs

Durée → indéterminée

Espace → terrain plat

Matériel → un ballon

Disposition des joueurs :



● Le meneur
x les joueurs

Consignes :

- tous les joueurs se mettent en cercle autour de moi.
- Je représente le 1^{er} meneur
- Je passe la balle au joueur de mon choix
- Je me replace dans le cercle et dit au joueur à voix basse les instructions
- Exemple → tu vas passer la balle à une personne qui a du bleu sur elle.
- Tant que le ballon n'est pas lancé à une autre personne, les joueurs marchent ^{et tournent} bien fermé en se tenant la main.
- Pour que la ronde tournante s'arrête, le joueur possédant la balle dit stop et appelle la personne de son choix pour lui passer la balle.
- Elle devient le meneur et donne une instruction à la personne de son choix à nouveau.
- Au fur à mesure, le meneur rajoute une instruction en plus.

- Exemple → tu vas passer la balle à celle qui a des lunettes et qui porte une écharpe.

Le but du jeu :

Le but est que tous les joueurs deviennent une fois le meneur et que les instructions se rajoutent au fur et à mesure.

Capacités visées :

- l'attention
- l'écoute
- la concentration

Relais kangourou

- Tranches d'âge: 8-10 ans
- Effectif: 10 à 30 joueurs
- But du jeu: Effectuer le parcours le plus rapidement que les autres équipes.
- Capacité visée: Maîtrise du corps, espace vitesse.
- Règle et déroulement: Le 1^{er} joueur de chaque équipe part, un ballon coincé entre les pieds. Par sauts successifs il atteint l'obstacle placé devant son équipe.
Il prend alors le ballon sous le bras et le ramène au 2^e qui part à son tour.
- Variante: le retour peut se faire de différentes façons: en dribblant avec le ballon, etc...
- Matériel: 1 ballon par équipe
plots
- Durée: 15 min.

LAVAUD
Manon

RELAIS TUNNEL

Tranche d'âge: à partir de 4 ans

Effectif: 12 à 30 joueurs

Matériel: 2 (ou plusieurs) ballons.

Durée: 15 à 20 minutes

But: Faire circuler, le ballon le plus rapidement possible, sous le tunnel formé par les jambes écartées des joueurs.

Capacités visées: La coordination d'équipe, l'adresse et l'écriture.

Règles et déroulement:

- Les équipes sont en lignes parallèles, les joueurs ont les jambes écartées formant un tunnel.
- Le premier joueur de chaque équipe a le ballon.
- Au signal, il le lance dans le tunnel jusqu'au dernier joueur qui s'en saisit, vient se placer devant le premier joueur, fait passer le ballon à son tour entre ses jambes.
- Si le ballon se vrise, les joueurs peuvent le pousser avec la main.
- Si le ballon sort du tunnel, c'est le joueur en tête de file qui doit le récupérer et le relancer.
- Le jeu s'arrête quand tous les membres de l'équipe ont à tour de rôle, lancé le ballon.

Variante: le ballon passe de main en main au-dessus des têtes.

Slalom à yeux bandés

15 min

8-10 ans

nombre pair

matériel = . obstacles (bancs, chaises, foulards...)
. foulards ou serviettes

But du jeu =

- favoriser le travail d'équipe, l'écoute et la confiance en l'autre
- se fier à des sens différents que la vue

Règles = - par équipe de deux, l'un a les yeux bandés, l'autre va le guider sans le toucher sur un parcours muni d'obstacles.

franchit ENSEMBLE la ligne d'arrivée gagne
(changer les rôles)

Variante → compliquer le parcours pour des plus grands
→ attacher les deux équipiers à la cheville et au poignet

Delhoum
Maurane

Fiche d'activité

Norm du jeu: Tour de contrôle
Tranche d'âge: 6-12 ans

EFFECTIF: 2 minimum
par équipe

Matériel: fils, cerceaux, attaches, bandeaux

But du jeu: guider son équipe
pour qu'elle atteigne le cerceau
sans marcher sur le fil

Durée: 5 min minimum

Capacités visées: apprendre à parler distinctement,
à faire attention et à écouter

Règles et déroulement: Un enfant suit le fil les
yeux bandés avec un pied de chaque côté du fil
et son équipe le guide pour qu'il atteigne le
cerceau.

Variante: avec une grosse corde, des plots...
à la place du fil.
à l'intérieur à quatre pattes