

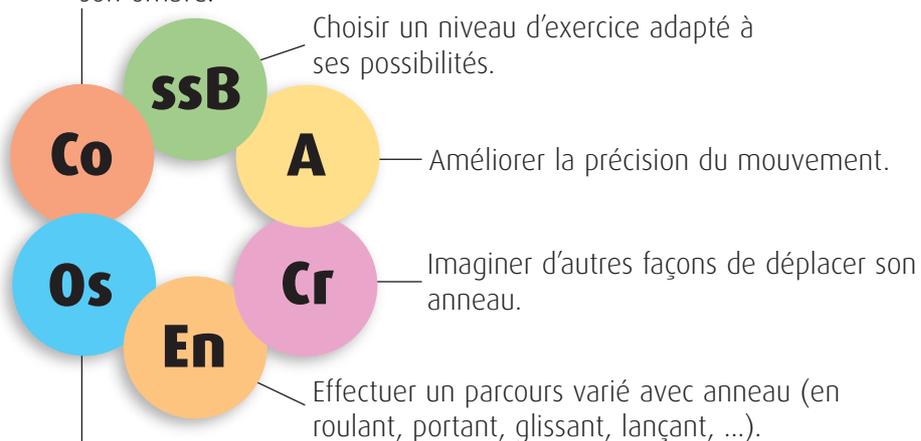
# Jeux avec anneaux

Entraîner l'adresse et la notion d'espace

## 4-6 ans



Par 2, en déplaçant chacun son anneau: suivre l'autre comme son ombre.



Attraper un anneau lancé par le maître ou par un camarade.

# Jeux avec anneaux

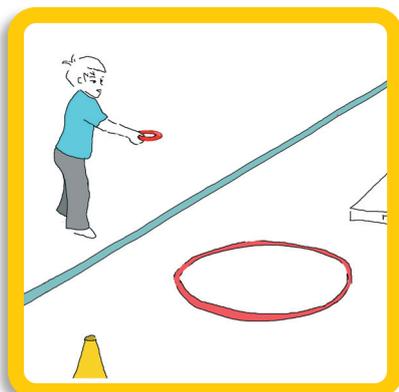
JOUER (p. 13)



## Déplace-toi sans perdre ta couronne !

L'élève garde-t-il sa couronne si, au signal, il s'arrête en position d'équilibre sur 1 pied?

Et si l'anneau est posé sur l'épaule, le genou, le dos, ...?



## Sans dépasser la ligne, lance ton anneau pour atteindre une cible !

Y arrive-t-il s'il lance avec l'autre main?

Et s'il recule de 2 pas?



## Promène ton chien dans toute la salle !

Lève-t-il les yeux et sait-il éviter les collisions?

Redouble-t-il d'attention s'il se déplace en courant?

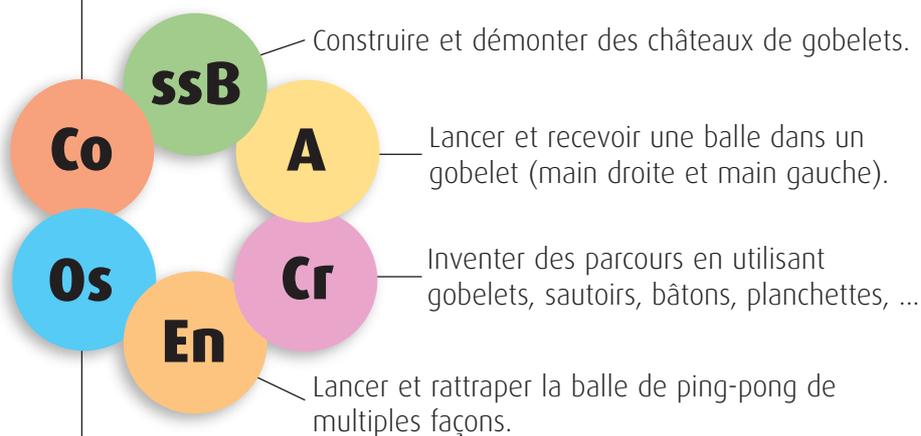
## Avec gobelets et petites balles

Améliorer son adresse en combinant divers mouvements

### 4-6 ans



Un gobelet par élève et une balle par équipe: se passer la balle.

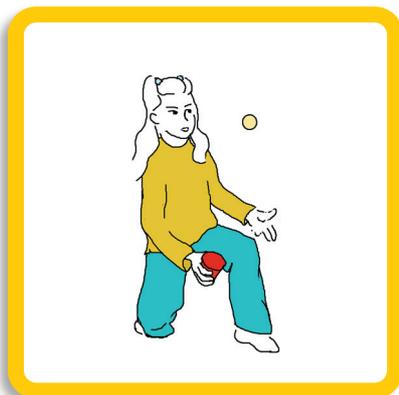


Se déplacer en tenant le gobelet en équilibre sur une planchette.

50

## Avec gobelets et petites balles

JOUER (p. 15)



**Lance la balle, laisse-la rebondir et rattrape-la!**

L'élève observe-t-il la trajectoire de la balle?  
Effectue-t-il ces gestes en souplesse?



**Passes la balle et change de place!**

Après une passe, sait-il se placer derrière une colonne de camarades?

Les passes peuvent-elles s'effectuer avec un rebond au sol?



**Franchis l'obstacle de différentes manières!**

Enchaîne-t-il deux manières différentes de franchir un obstacle?

Y arrive-t-il en transportant une balle dans un gobelet?

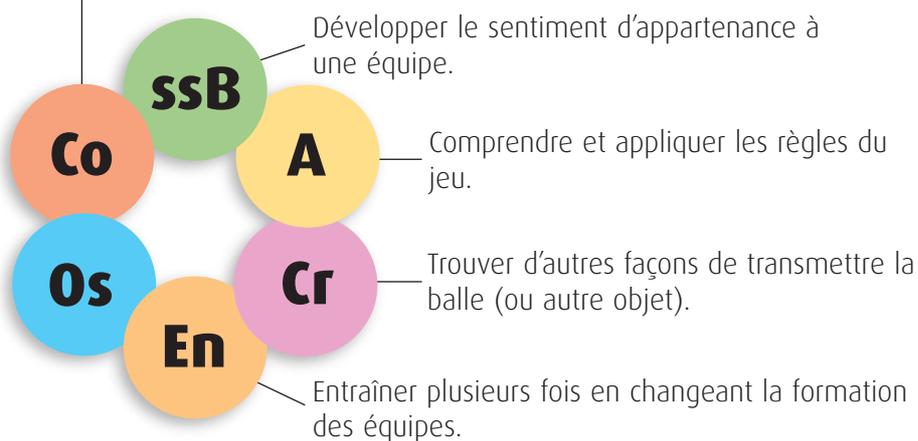
# Jeu de balles

Améliorer la collaboration et exercer les passes

## 4-6 ans



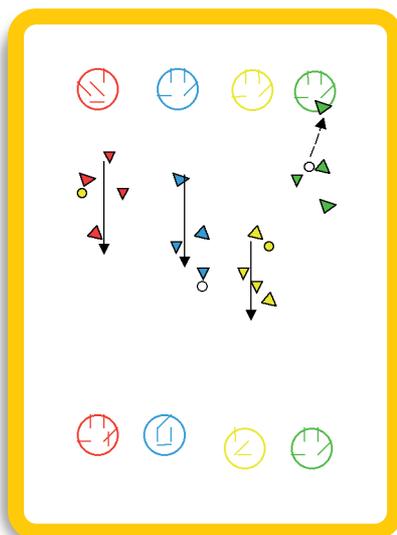
Effectuer des passes aux partenaires les mieux placés.



51

# Jeu de balles

JOUER (p. 16, 17)



## LES COLLIERS

### Matériel:

4 balles, sautoirs de 4 couleurs répartis dans 8 cerceaux.

### Descriptif:

4 équipes de 3-5 joueurs doivent traverser plusieurs fois la salle en se roulant la balle.

À la fin de chaque traversée, un joueur (le roi) se place dans le cerceau pour recevoir la balle; il peut alors y prendre un sautoir (collier).

À la fin du jeu, chaque joueur de l'équipe doit posséder au moins 1 collier.



**Roulez la balle puis donnez-la au roi! Repartez ensuite vers un autre cerceau!**

L'équipe s'organise-t-elle efficacement =passes et déplacements vers l'avant?

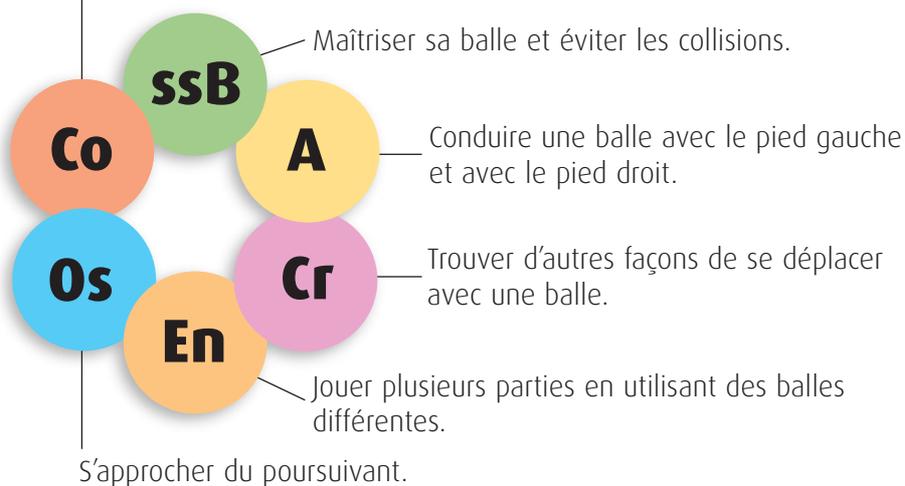
# Jouer balle au pied

Améliorer sa coordination en adaptant ses déplacements

## 4-6 ans



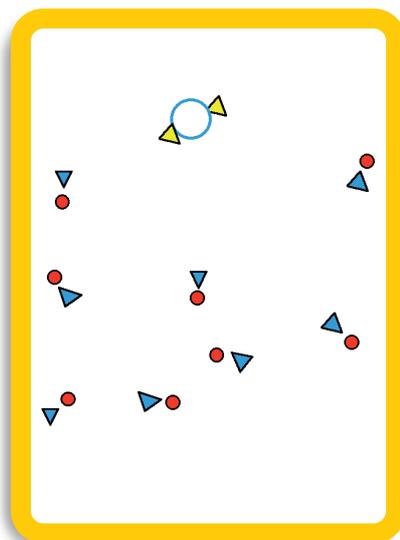
À 2 poursuivants: s'associer pour réussir à atteindre un joueur.



52

# Jouer balle au pied

JOUER (p. 19)



## POURSUITE FOOT

### Matériel:

Balles, cerceau.

### Descriptif:

Dans un espace délimité, tous les joueurs se déplacent (balle au pied).

Au signal, chacun doit échanger sa balle contre celle de son voisin direct.

Dès que la maîtrise de balle est suffisante: introduire 1-3 poursuivants (sans ballon) qui doivent toucher le ventre (le dos, l'épaule, ...) d'un dribbleur. Le touché donne sa balle à son poursuivant et endosse le rôle de poursuivant.

### Règle:

Pas de retouche directe.

### Variante:

Les 2 poursuivants tiennent un cerceau avec lequel ils doivent emprisonner un joueur. Le prisonnier prendra alors la place d'un des 2 poursuivants.



## Conduis ta balle avec le pied en évitant les rencontres!

Donne-t-il spontanément sa balle à celui qui le touche?

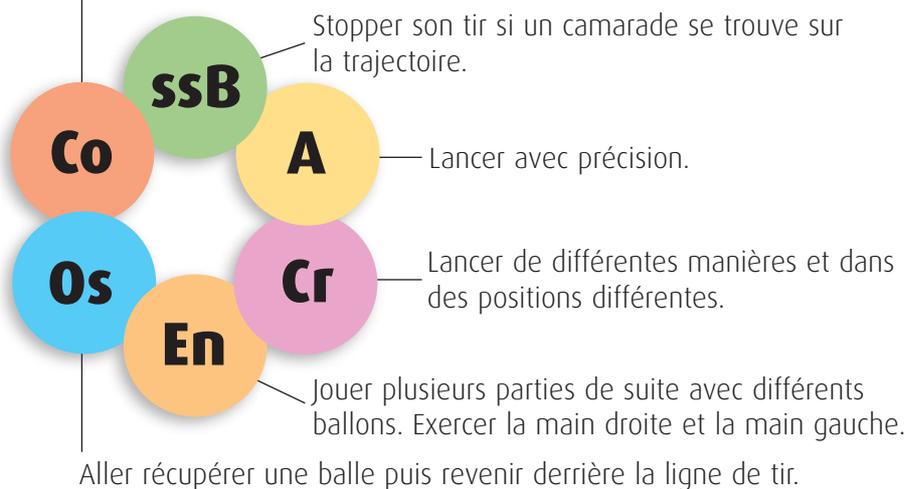
# Avec différentes balles

Rouler puis lancer avec précision

## 4-6 ans



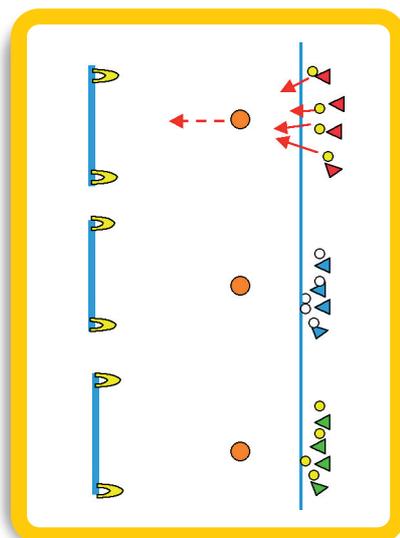
Au sein du groupe: organiser le ramassage des balles.



53

## Avec différentes balles

JOUER (p. 19)



### ROLLMOPS EN PARALLÈLE

#### Matériel:

Diverses balles, 3-4 gros ballons (basket), cônes ou rubans (lignes de tir et de but).

#### Descriptif:

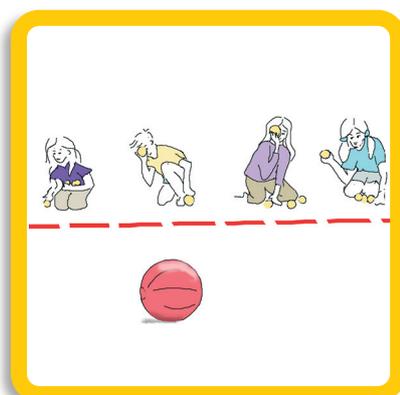
Le jeu se déroule en parallèle par groupe de 4-6 élèves dans 3-4 zones.

Dès le signal du début de partie, chaque groupe, par des tirs précis, doit chasser son gros ballon.

Quel sera le 1<sup>er</sup> gros ballon à franchir sa ligne de but?

#### Règle:

Rouler ou lancer uniquement lorsque l'on se trouve derrière sa ligne de tir.



### Par des tirs précis, chassez le gros ballon derrière la ligne de but!

L'emplacement et la position des tireurs sont-ils corrects?

Chaque joueur se concentre-t-il avant de tirer?

# Lancer et attraper après un rebond

Acquérir des aptitudes motrices pour les jeux

## 4-6 ans

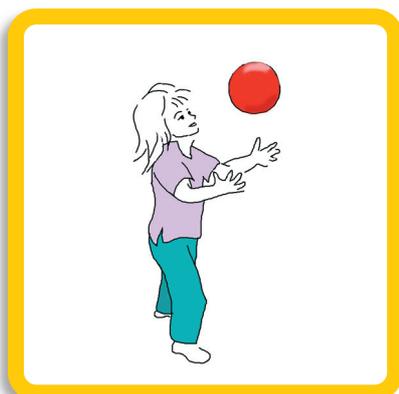


Par 2: lancer (ou faire rebondir) la balle pour permettre à son partenaire de la rattraper.

- ssB** Choisir le nombre de rebonds, la balle et la distance adaptés à ses capacités.
  - Co**
  - A** Lancer et attraper une balle qui rebondit (du sol ou du mur).
  - Os**
  - Cr** Trouver un mouvement intermédiaire à exécuter juste avant de rattraper la balle.
  - En** Exercer de multiples fois avec différentes balles et en variant les manières de lancer.
- Attraper directement une balle lancée contre le mur (=sans rebond au sol).

## Lancer et attraper après un rebond

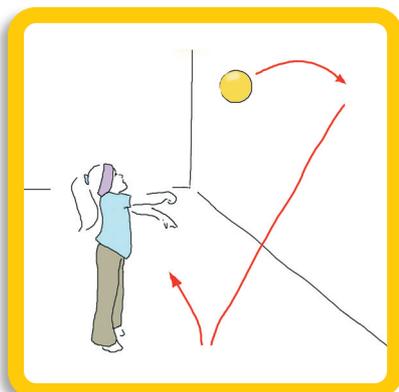
JOUER (p. 20)



**Fais rebondir ton ballon au sol et rattrape-le!**

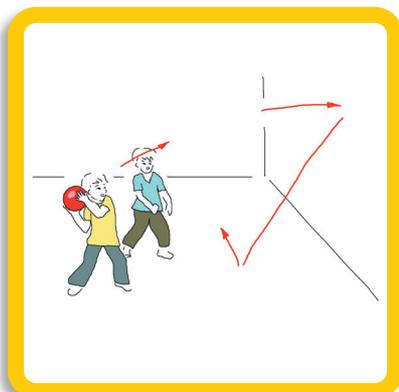
Le rebond est-il assez haut et précis (pour permettre de rattraper)?

L'élève place-t-il ses mains sous la trajectoire du ballon?



**Lance ta balle très haut contre le mur et attrape-la après 1-2 rebonds au sol!**

Réussit-il l'exercice 3 fois de suite?



**Lance la balle contre le mur pour que ton camarade puisse la rattraper!**

En lançant à tour de rôle, chacun réussit-il à réceptionner la balle (maximum 2 rebonds au sol)?

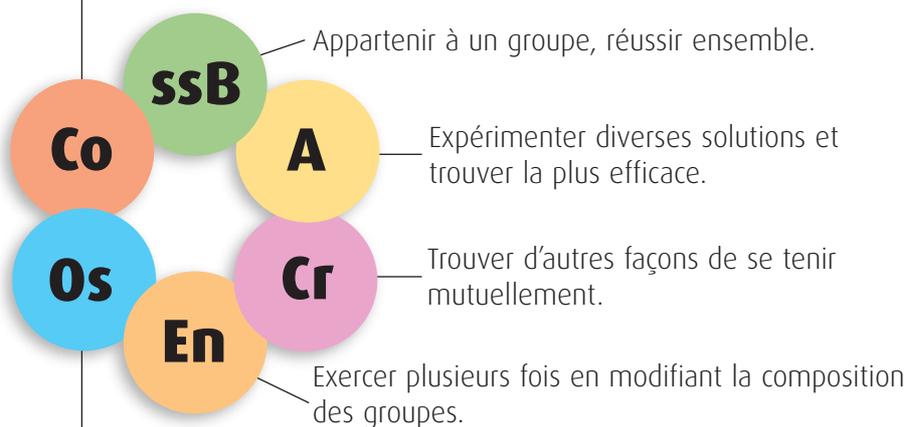
# Ensemble, c'est mieux!

Apprendre à collaborer en jouant

## 4-6 ans



Jouer en groupe en respectant le rythme de chacun.



S'éloigner des nids (ex. 1). Défier un autre groupe sur une traversée (ex. 2 et 3).

55

## Ensemble, c'est mieux!

JOUER (p. 22, 23)



**Volez comme des oiseaux et au signal réfugiez-vous!**

*(3 «cerceaux-nids» pour 20 élèves)*

Après 5 secondes, tous les oiseaux ont-ils trouvé un nid?

Restent-ils immobiles dans le nid pendant 10 secondes?



**Tiens les chevilles de ton camarade, puis avancez ensemble!**

Peuvent-ils se déplacer de côté, en arrière?

L'exercice est-il réalisable en formant un «train» de 3-5 élèves?



**Déplacez la «reine» dans sa chaise à porteurs!**

La reine a-t-elle effectué tout un parcours sans jamais toucher le cerceau?

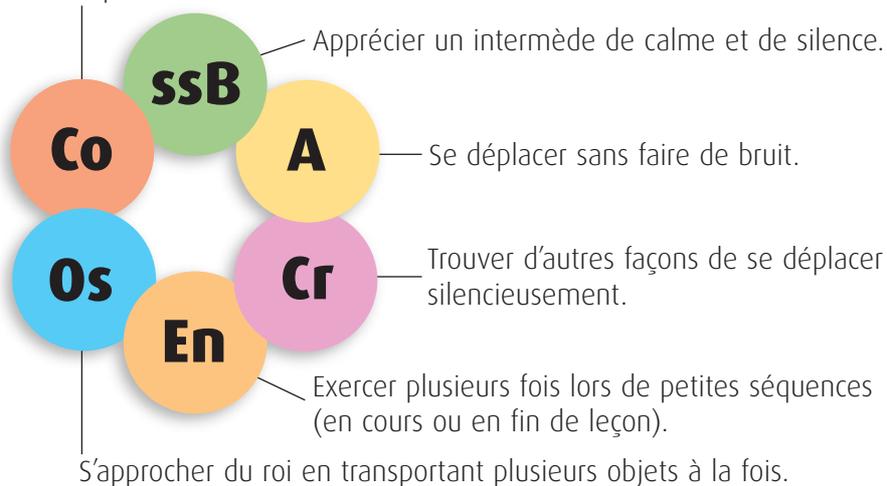
# Jeu de retour au calme

Développer le contrôle de soi

## 4-6 ans



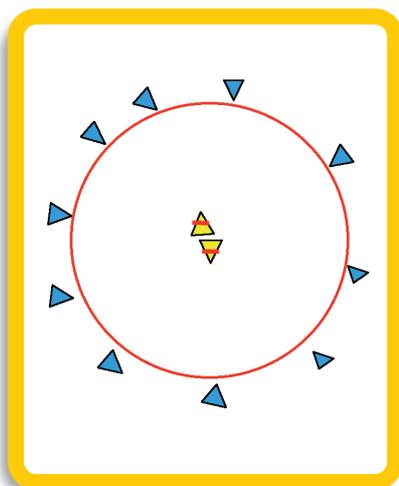
Par 4: transporter et ranger un tapis sur le chariot situé à proximité du roi.



56

# Jeu de retour au calme

JOUER (p. 22, 27)



## ROI ET REINE DU SILENCE

### Matériel:

2 bandeaux.

### Descriptif:

Le roi et la reine sont assis dos à dos et les yeux bandés au centre d'un cercle formés par les autres élèves.

L'enseignant désigne un élève qui, sans bruit, tente de s'approcher puis de s'asseoir aux côtés du roi (ou de la reine). S'il y parvient sans être repéré par le roi, il devient roi à son tour.

### Variante:

*(forme de rangement du matériel en fin de leçon)*

Avant de s'asseoir à côté du roi, le joueur doit déposer un (ou plusieurs) objet dans le «coffre aux trésors» placé devant le roi.

### Règle:

L'élève repéré par le roi retourne sans bruit à sa place.



## Approche-toi du roi sans faire de bruit!

L'élève réussit-il à s'asseoir à côté du roi sans que ce dernier l'ait désigné du doigt?

Si 2-3 joueurs s'approchent simultanément, le roi (ou la reine) peut-il les repérer avec précision?

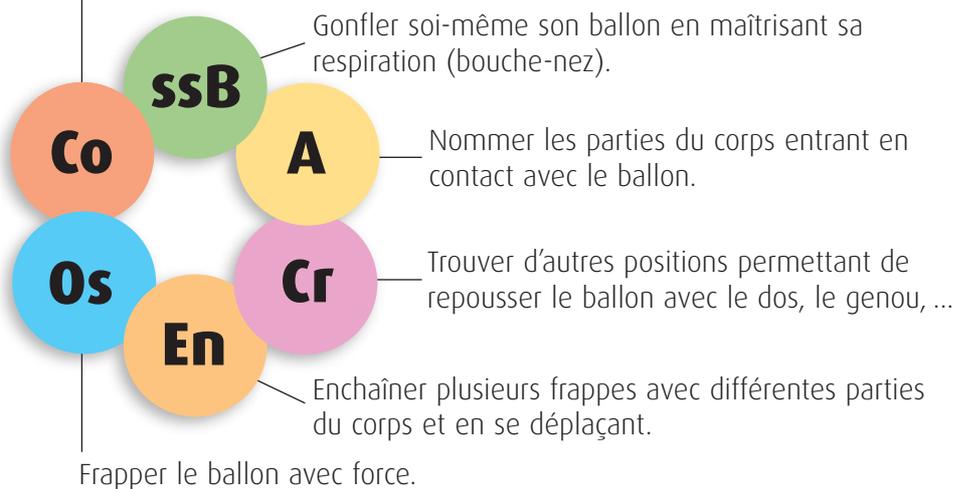
# Avec un ballon de baudruche

Exercer sa coordination en jouant

## 4-6 ans



Par groupe (2, 3, 4): faire voler un puis plusieurs ballons.



57

## Avec un ballon de baudruche

JOUER (p. 27)



**Repousse le ballon le plus haut possible !**

L'élève frappe-t-il le ballon au moins 5 fois de suite ?

Y arrive-t-il avec l'autre main ?

Et en alternant gauche et droite ?



**Fais rebondir le ballon avec la main, la tête, le pied !**

Jongle-t-il avec 3 parties du corps différentes tout en les nommant ?

Enchaîne-t-il plusieurs fois ces 3 gestes ?



**Faites-vous des passes par-dessus la corde en frappant le ballon !**

Les joueurs se déplacent-ils assez tôt pour être sous le ballon ?

Ont-ils réussi 6, 8 ou 10 passes de suite ?