

## Cours perfectionnement Sport scolaire Leysin 4 octobre 2008

Thème : La collaboration à travers le jeu

Participant(e)s : 11

Explication du concept et de la constitution régulière des équipes

Attribution des points (1 pour les derniers, 2 pour les avant-derniers, etc....)

Tableau de marquage sur lequel chacun inscrit son nom

*Tirage au sort des équipes à l'aide des cartes.*

### Jeu 1 : "Tout augmente"

3 équipes.

En se déplaçant uniquement en marchant (dérouler le pied depuis le talon), le premier joueur de chaque équipe exécute un circuit en marchant; dès qu'il rejoint le départ, il donne la main à l'un des ses partenaires et fait un deuxième circuit, puis un troisième... etc....

3 points pour chaque membre de l'équipe gagnante, 2 points pour les 2<sup>ème</sup> etc....

*6 Cônes ou piquets de marquage*



*Marquage des points, Exs d'échauffement locaux & tirage au sort des équipes à l'aide des cartes*

### Jeu 2 : "Bon sens"

2 équipes.

En 1 minute chaque équipe doit retourner à l'endroit un maximum de tapis de gym posés au sol tandis que l'autre équipe doit retourner un maximum de tapis à l'envers.

Chaque tapis retourner dans le sens voulu correspond à un point pour les membres de l'équipe

*15 tapis de gymnastique*



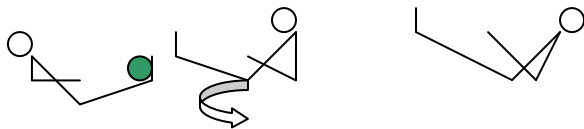
*Marquage des points & tirage au sort des équipes à l'aide des cartes*

### Jeu 3 : "Passes des pieds"

3 équipes.

A) En colonne, assis chaque équipier doit passer un ballon de basket tenu entre les pieds à son partenaire sans que le ballon ne touche le sol sur un parcours de 15 m. environ. Que un équipier a transmis le ballon il se lève et va se placer à la suite de la colonne pour recevoir le ballon.

3 points pour chaque membre de l'équipe gagnante, 2 points pour les 2<sup>ème</sup> etc....



*3 ballons de basket*



B) Idem, mais en enroulade arrière

3 points pour chaque membre de l'équipe gagnante,  
2 points pour les 2<sup>ème</sup> etc....

*Marquage des points & tirage au sort des équipes à l'aide des cartes*

### Jeu 4 : "Convoi exceptionnel"

3 équipes.

Tous les équipiers sauf un se mettent à 4 pattes flanc contre flanc. L'équipier restant se couche en travers des dos de ses coéquipiers. Sans se disloquer ni perdre la personne qui est sur les dos, le convoi doit effectuer un parcours d'une dizaine de mètres.

*2 cônes ou piquets de marquage*



*Marquage des points & tirage au sort des équipes à l'aide des cartes*

### Jeu 5: "Chasse à la marmotte"

## 2 grands caissons

2 équipes

1 membre de chaque équipe ("la marmotte") est assis sur un caisson placé à l'extrémité du terrain de jeu. Le but étant pour chaque équipe de faire une passe à "la marmotte" tandis que les membres de l'autre équipe tentent d'intercepter les passes et de réussir à leur tour une passe à leur "marmotte". Quand une "marmotte" intercepte un ballon, elle cède sa place sur le caisson au joueur qui lui a fait la dernière passe. Première équipe à 20 passes réussies. Les joueurs comptabilisent individuellement le score de leur équipe sur le tableau de marquage.



*Marquage des points & tirage au sort des équipes à l'aide des cartes*

### Jeu 6 : "Gastéropodes fougueux"

3 équipes

Chaque participant est sur un tapis: Il doit se déplacer le plus vite possible vers la ligne d'arrivée sans être en contact direct avec le sol. Ils peuvent sauter, faire glisser le tapis, debout, à genoux, assis, etc...

Les points obtenus selon le rang (1 point au dernier, 2 points à l'avant-dernier etc..) sont comptabilisés par équipe et inscrit individuellement sur le panneau de marquage

## 2 Cônes ou piquets de marquage



*Marquage des points & tirage au sort des équipes à l'aide des cartes*

### Jeu 7 : "Course littéraire"

3 équipes

Chaque équipier doit aller consulter à tour de rôle un texte et le retranscrire auprès de son équipe. Classement selon l'exactitude de la transcription puis du temps.

3 points pour chaque membre de l'équipe gagnante, 2 points pour les 2<sup>ème</sup> etc....

## 2 cônes ou piquets de marquage

1 chrono, 3 crayons, 1 texte

*Marquage des points & tirage au sort des équipes à l'aide des cartes*

### Jeu 8 : "Escalier en bâtons"

9 bâtons, 6 cônes

3 équipes

Chaque équipe choisit un "monteur d'escalier" qui doit gravir les marches représentées par des bâtons que tiennent les coéquipiers placés en face les uns des autres sur un parcours défini.

3 points pour chaque membre de l'équipe gagnante, 2 points pour les 2<sup>ème</sup> etc....



*Marquage des points & tirage au sort des équipes à l'aide des cartes*

### Jeu 9 : "Course au tapis"

*6 tapis de gym, 6 cônes*

3 équipes

Chaque équipe possède 2 tapis sur lesquels toute l'équipe prend place debout.

Le but est de se rendre le plus rapidement possible à l'autre bout de la salle, sans mettre les pieds au sol tout en déplaçant les tapis.

3 points pour chaque membre de l'équipe gagnante, 2 points pour les 2<sup>ème</sup> etc....

*Marquage des points & tirage au sort des équipes à l'aide des cartes*

### Jeu 10 : "Son sans lumière"

*3 bandeaux, 3 pinces de CO  
3 cartes de course*

3 équipes

1 membre de chaque équipe a les yeux bandés et doit se rendre à différents points de contrôles préalablement visualisés pour poinçonner sa carte de course. Seul des informations verbales peuvent l'aider. Les autres équipiers doivent rester dans un endroit défini.

3 points pour chaque membre de l'équipe gagnante, 2 points pour les 2<sup>ème</sup> etc....



*Marquage des points & tirage au sort des équipes à l'aide des cartes*

Jeu 10 : "Passage du pont"

*1 banc suédois*

Équipes de 2 ou 3 personnes

Chaque équipe passe à tour de rôle à ce poste (l'équipe comprenant le joueur le moins bien placé au classement intermédiaire passe en premier, etc...)

Combien de croisements 8 sur le banc suédois retourné) sans poser le pied au sol, chaque équipe parviennent elles à effectuer en 1 minute 30. 1 point par croisement pour le classement du jeu, puis 1 point pour l'équipe classée dernière, 2 points pour l'équipe classée avant-dernière, etc...