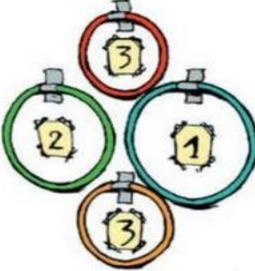




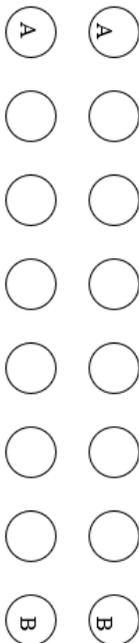
Activités	 <b>Olympique</b>	Activités	 <b>Paralympique</b>
<b>Les 4 buts</b>	<p><b>Objectif :</b> Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel</p> <p><b>But du jeu :</b> Marquer le plus grand nombre de buts</p> <p><b>Organisation :</b> 2 équipes de 6 à 8 joueurs. 1 terrain de 30 m x 30 m environ 4 buts de 1 m de largeur et 20 cm de hauteur environ, situés au milieu de chaque côté.</p> <p><b>Règle :</b> On applique les règles du football, mais il n'y a pas de gardien. Chaque équipe peut marquer dans n'importe lequel des 4 buts. L'engagement (au début ou après un but) se fait au milieu du terrain ; tous les joueurs se placent alors où ils veulent sur le terrain ; il n'y a pas de hors- jeu.</p>	<p><b>Lancer de précision (en fauteuil)</b></p> <p><b>Objectif :</b> Réaliser une performance motrice maximale mesurable</p> <p><b>But du jeu :</b> lancer avec précision</p> <p><b>Règle :</b> Préau (possédant un mur) ou équivalent Plusieurs stands de 3 élèves (lanceur, ramasseur, observateur). Chaque stand possède 4 cerceaux (2 grands, 1 moyen et 1 petit) fixés <u>au mur</u> si possible sinon placés sur le sol. Une chaise est placée à une distance raisonnable (quelques mètres) des cibles. L'élève assis sur la chaise lance la balle à 5 reprises. Après chaque lancer, l'élève ramasseur rapporte la balle au lanceur alors que l'observateur note le score. Dès que le lanceur a fini sa série, les rôles sont</p>	 <p><b>Matériel :</b> 8 balles (de tennis de préférence), 8 chaises (remplacent les fauteuils roulants), 32 cerceaux : 16 grands (1 point), 8 moyens (2 points) et 8 petits (3 points), étiquettes fixées aux cerceaux (avec la valeur en points), scotch, fiches score.</p>



<p>Les remises en touche se font au pied, à l'endroit où le ballon est sorti. Parties de 5 minutes.</p> <p><u>Variante</u> : Possibilité de jouer avec 2 ballons (équipes de 8 à 10 joueurs).</p> <p><b>Matériel</b> : 1 ou 2 ballons de type football</p>			<p>redistribués de sorte que tous les élèves du groupe effectuent leurs 5 lancers.</p>
--	--	--	--



Activités	 <b>Olympique</b>	Activités	 <b>Paralympique</b>
<p><b>Ultimate relais</b></p>	<p><b>Objectif :</b> Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel  <b>But du jeu :</b> transmettre les disques du point A au point B en se faisant des passes.</p> <p><b>Organisation :</b>            2 équipes            2 lignes de 8 cerceaux distants de 5 m environ            1 joueur dans chaque cerceau.</p> <p><b>Règle :</b>            Le receveur peut sortir de son cerceau pour attraper le disque mais revient obligatoirement dans son cerceau avant de lancer.            Si un disque tombe, il revient au point de départ.            Chaque disque doit passer entre les mains de tous les relayeurs, dans l'ordre de leur placement.            Si ce n'est pas le relayeur prévu qui attrape le disque, il revient au point de départ.            Lorsque le dernier relayeur reçoit le disque, il le pose dans le cerceau ; à ce moment, le 1<sup>er</sup> relayeur peut lancer le disque suivant.            Le jeu s'arrête lorsqu'une équipe a transmis tous ses disques ou après 5 min.            Le score est déterminé par le nombre de disques transmis par chaque équipe.</p>	<p><b>Course de vitesse (les siamois font la course)</b></p>	<p><b>Objectif :</b> Réaliser une performance motrice maximale  <b>But du jeu :</b> Réaliser le parcours plus rapidement que l'équipe adverse</p> <p><b>Règle :</b> Deux élèves sont liés par les bras.            Un des deux joueurs tient une raquette sur laquelle se trouve un objet.            Au top départ ils doivent réussir le parcours sans renverser l'objet.            S'il tombe, ils doivent s'arrêter et remettre l'objet sur la raquette avant de repartir.            Le premier binôme qui termine le parcours est déclaré vainqueur.</p> <p><b>Matériel :</b>            4 raquettes de badminton,            4 objets            Au moins deux parcours d'obstacle</p>



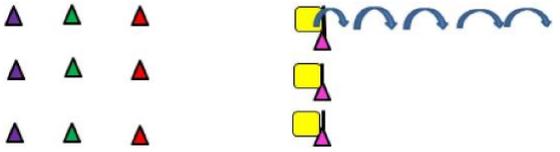
**Matériel :** 16 cerceaux,  
10 frisbee

Prévoir un petit temps d'entraînement avant de débiter (5 min).



Activités	 <b>Olympique</b>	Activités	 <b>Paralympique</b>
<p><b>Carrés ruinés par équipe</b></p>	<p><b>Objectif :</b> Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel</p> <p><b>But du jeu :</b> Amener le maximum d'adversaires dans son camp</p> <p><b>Matériel :</b> Signes distinctifs pour les équipes. 2 à 4 ballons</p> <p><u>Variante :</u> On peut jouer avec 2, 3 ou 4 ballons.</p> <div data-bbox="721 464 1003 730" style="text-align: center;"> </div> <p><b>Règle du jeu :</b> Au départ, les 4 (ou 3) équipes sont chacune dans leur camp ; les joueurs en possession du ballon essaient de toucher un adversaire de volée ; le joueur touché rejoint la zone des prisonniers du camp du tireur. Si le joueur visé bloque le ballon de volée, c'est le tireur qui est pris et qui rejoint le camp des prisonniers du joueur qui a bloqué le ballon. Un joueur peut ramener dans son camp un équipier prisonnier en lui faisant une passe de volée. L'équipe gagnante est celle qui a le plus d'adversaires dans son camp au bout du temps prévu ou qui a ramené tous les adversaires dans son camp.</p>		



Activités	 <b>Olympique</b>	Activités	 <b>Paralympique</b>
<b>SAUTER (loin)</b>  <b>Le Pentabond</b>	<p><b>Objectif :</b> Réaliser la meilleure performance possible en enchaînant 5 foulées bondissantes.</p> <p><b>But du jeu :</b> Réaliser un pentabond en 5 foulées bondissantes ; d'abord sans élan puis avec un élan de 4 foulées, de 6 foulées et de 8 foulées afin de réaliser la meilleure performance possible à chaque fois.</p> <p><b>Matériel :</b> Plots, lattes.</p>	<p>Plusieurs couloirs de sauts à matérialiser sur un sol souple (herbe, stabilisé).</p>  <p> : zone d'appel de 50 cm</p> <p><u>Sécurité :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Revenir sur les côtés</li> </ul> <p>Aucune réception à pieds joints sur le dernier saut.</p>	



Activités	 <b>Olympique</b>	
<p><b>COOPERER S'OPPOSER</b></p> <p><b>Les ours endormis</b></p>	<p><b>Objectif :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Coopérer et respecter l'autre en adaptant son comportement.</li> <li>- Utiliser des actions élémentaires : porter soulever...</li> <li>- Accepter le contact</li> </ul> <p><b>But du jeu :</b></p> <p>Alors que les ours dorment allongés, les fermiers doivent les transporter dans l'autre caverne. Si les ours touchent le sol, ils se réveillent et regagnent à 4 pattes leur abri initial pour s'y rendormir.</p>	<p><b>Matériel / Organisation</b></p> <p>Trois espaces sont délimités (2 cavernes séparées par une prairie. Les enfants sont répartis en 2 équipes : les ours qui dorment dans une caverne et les fermiers qui sont assis dans leur aire et se déplaceront debout. Des observateurs veillent au respect de l'espace de jeu et des chronomètres gèrent le temps.</p> <p>Le jeu s'arrête quand tous les ours sont dans l'autre caverne.</p>
<p><b>COURIR (vite)</b></p> <p><b>La course en sac</b></p>	<p><b>Objectif :</b> courir vite</p> <p><b>But du jeu :</b></p> <p><b>Matériel :</b> sacs en jute, en plastique, etc...</p>	<p>On délimite une ligne de départ et une ligne d'arrivée, distantes de 50 à 80 mètres. Le terrain peut présenter des obstacles à franchir. En fonction de la superficie du terrain, 2, 3 ou 4 équipes peuvent s'affronter simultanément.</p> <p>Les joueurs sont placés derrière la ligne de départ. Ils se glissent chacun dans un sac qu'ils tiennent avec les deux mains. Au top départ, ils doivent rejoindre la plus rapidement possible la ligne d'arrivée, sans sortir du sac.</p> <p>L'équipe gagnante est la première dont tous les membres ont franchi la ligne d'arrivée.</p>



Activités	 Olympique
<p><b>Le morpion sportif</b></p>	<p><b>Objectif :</b>  <b>But du jeu :</b> aligner 3 foulards de la même couleur dans la grille (horizontalement, verticalement ou en diagonale) pour faire un Morpion.  <b>Matériel :</b> une craie, 6 foulards rouges, 6 foulards jaunes.  <b>Organisation :</b> répartir la classe en 4 équipes. Tracer à la craie deux grilles mesurant 3 x 3 m, composée de 9 cases. Deux équipes jouent l'une contre l'autre avec une même grille. Tracer à la craie les lignes de départ à 10 mètres de la grille, en face l'une de l'autre.  <b>Règle :</b> jeu de relais opposant deux équipes de couleurs différentes sur une même grille de morpion.</p> <p>Le premier joueur de chaque équipe part en courant déposer son foulard dans une des cases et retourne donner le relais au 2<sup>e</sup> joueur de son équipe qui fera de même en prenant soin d'essayer d'aligner ses foulards ou de contrer l'alignement de l'équipe adverse. Idem pour le 3<sup>e</sup> joueur.</p> <p>À cette étape du jeu, les 3 foulards de chaque équipe sont disposés sur la grille. À partir de ce moment, les joueurs suivants doivent déplacer à chaque fois un foulard de leur couleur pour tenter d'aligner les 3 foulards de leur équipe.</p>
<p><b>Le jeu du miroir</b></p>	<p><b>Objectif :</b>  <b>But du jeu :</b> jouer à imiter son camarade.  <b>Matériel :</b> constituer des binômes ou des trinômes.</p> <p>À tour de rôle chaque joueur propose un mouvement que le ou les autres doivent imiter (comme un miroir). On réalise le mouvement le temps du sablier (ou 1 min). À la fin du sablier on change les rôles et le mouvement.</p> <p>Exemple de mouvements :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ se déplacer sur différents rythmes.</li> <li>○ se déplacer au sol.</li> <li>○ se déplacer en pas chassés.</li> <li>○ réaliser des mouvements de bras (sur place ou en se déplaçant), etc.</li> </ul>



Activités	 Olympique	Activités	 Paralympique
	<b>Danse l'histoire</b>	<b>Objectif</b> : Mobiliser son imaginaire pour créer du sens et de l'émotion <b>But du jeu</b> : se mouvoir en musique à l'écoute d'une histoire lue par l'enseignant <b>Matériel</b> : Texte à lire -Musique instrumentale	<b>L'arbre magique</b> Une toute petite graine se transforme en arbre en grandissant très lentement. Les branches sont les bras. Le vent se met à souffler de plus en plus fort... Puis s'arrête subitement. Les feuilles se mettent à tomber en rencontrant d'autres feuilles avant de tomber au sol. Une petite brise fait les feuilles se déplacer au ras du sol, lentement.
	<b>Parcours à l'aveugle</b>	<b>Objectif</b> : Pendant la pratique, prendre des repères sur son corps pour contrôler son déplacement <b>But du jeu</b> : Réaliser un parcours en binôme le plus rapidement que possible (équilibre, ramper, sauter et déplacements variés). 1 élève les yeux bandés <b>Matériel</b> : 1 parcours	
<b>Tir à la corde</b>	<b>Objectif</b> : Rechercher le gain de l'affrontement par des choix tactiques simples <b>But du jeu</b> : Tirer le plus fort possible sur la corde afin de faire franchir le repère placé de son côté au foulard qui marque le milieu de la corde <b>Matériel</b> : corde – foulard		