



Dimension Sport

Asbl

Rue René RUTTEN 16

4890 CLERMONT

TEL : 087 / 44.65.84

GSM : 0496 / 33.02.82

info@dimension-sport.be

www.dimension-sport.be

**Jeux coopératifs sans matériel
ou avec petit matériel**

A Jeux sans matériel

« **Le regroupement** »

Les enfants courent en dispersion dans la salle, au signal de l'animateur, les enfants doivent se mettre par 2, par 3, par 5, etc., par couleur identique des yeux, par taille identique, par couleur de t-shirt identique, etc. c'est-à-dire par éléments visibles suivant la demande de l'animateur, ou par éléments non-visibles : goût, plat préféré, nombre de frères et sœurs, etc.

« **Les renards, les poules et les vipères** »

Les enfants sont groupés en 3 équipes de trois couleurs différentes, dans 3 coins différents de la salle. Les renards doivent manger les poules, les poules doivent picorer les vipères et les vipères doivent piquer les renards. Le but est de toucher son animal sans se faire toucher par l'autre animal. Quand le joueur est touché, il va s'asseoir dans son camp et aide oralement ses coéquipiers afin de ne pas se faire toucher.

Coopération dans l'équipe avec opposition des 3 groupes.

« **Les hauts et les bas** »

Les participants debout forment un cercle. L'animateur crie un nombre suivi de « haut » ou « bas ». S'il dit « 5 bas », 5 enfants doivent s'accroupir. Le jeu continue en appelant « 3 haut », seuls 3 enfants doivent être debout ou « 7 haut » ou « 6 bas », etc. Les membres doivent être solidaires pour que les nombres soient toujours corrects.

B. Jeux avec ballons

« **Les loups et les lapins** »

Les joueurs sont debout ou assis en cercle et ils se passent une petite balle (le lapin). On introduit un gros ballon (le loup) et les joueurs le font aussi passer dans la même direction. Le loup va devoir rattraper le lapin. L'animateur a l'occasion d'inverser la course du loup en criant « Changez ». Il est aussi possible de lancer les balles plutôt que de se les passer de main en main. Dans ce cas, le loup capture le lapin s'il peut atterrir sur la même personne en même temps que sa proie.

« **Les bombes** »

Deux chasseurs doivent toucher les lapins sans bombe. Les lapins qui ont des ballons (bombes) doivent faire des passes aux lapins qui vont se faire toucher par le chasseur car le chasseur ne peut pas toucher les lapins avec bombes sinon ils explosent.

« **Le ballon piquet** »

Les élèves forment un cercle; un élève (le gardien) au centre protège son plinthe (navire). Les élèves qui forment le cercle (les pirates) ont un ballon et doivent essayer de bombarder le navire, celui qui parvient à toucher le plinthe remplace le gardien. Variante: essayer de toucher le gardien qui se protège derrière le plinthe.

C. Jeux avec foulards

« La toupie folle »

Les participants forment un cercle en se donnant les mains tandis qu'un joueur, à l'extérieur agit comme poursuivant. On désigne un des joueurs du cercle en lui mettant un foulard dans son pantalon pour qu'il devienne la cible du poursuivant. En tournant dans tous les sens et en s'arrêtant subitement, le cercle tente de garder le joueur cible hors d'atteinte du poursuivant qui court tout autour pour attraper la cible.

« La queue du dragon »

Tous les joueurs sauf 1, 2 voir 3 constituent des dragons de 4 personnes où chacun serre la taille de la personne devant lui. Les joueurs qui ne font pas partie des monstres, essaient d'attraper la queue d'un dragon. Si ceux-ci y arrivent, ils prennent la tête du dragon et le dernier qui s'est fait attraper la queue le remplace.

D. Jeux avec cerceaux

« Cerceaux magiques »

Former un cercle et se tenir par la main. Lâcher brièvement prise et passer les mains dans un cerceau. Le but du jeu consiste à passer le corps à travers les cerceaux sans lâcher les mains de ses voisins et sans que les cerceaux s'entrechoquent. Synchroniser les mouvements, tenir compte de l'autre, soit coopérer.

« Le cerceau pivotant »

Les joueurs sont assis en rond. L'un d'entre eux fait tourner le cerceau au centre du cercle et désigne un autre joueur qui doit se précipiter pour que le cerceau ne s'arrête pas et ainsi de suite.

E. Jeux avec bancs suédois

« D'un côté à l'autre »

Former deux groupes et les placer chacun à une extrémité d'un banc suédois. Les deux groupes doivent alors traverser le banc et changer de côté sans jamais toucher le sol. Si l'un des participants échoue, tout le groupe doit recommencer à zéro.

Variante: transporter des objets.

« En ordre! »

Tous les participants sont debout sur deux bancs suédois situés l'un à côté de l'autre.

Sans jamais descendre du banc, les participants doivent se classer par ordre croissant du numéro de maison, du jour de naissance, etc.

F. Courses relais coopératives

« Le sauvetage »

Un joueur dans chaque équipe se trouve de l'autre côté de la salle (la terre ferme, c'est le sauveur).

Celui-ci doit traverser la mer pour aller chercher un joueur qui se trouve sur l'île déserte, le prendre par la main et le ramène sur la terre. De là, ils repartent tous les deux chercher le suivant et ainsi de suite. Les sauveurs doivent toujours se donner la main sinon ils recommencent.

« Le bateau »

Chaque équipe possède deux bateaux (deux tapis). Toute l'équipe doit traverser la mer en passant d'un bateau à l'autre. Mettre les deux bateaux l'un devant l'autre, se placer sur le premier et passer sur le deuxième sans sortir du bateau, faire passer le premier bateau devant et ainsi de suite.

« Le mille-pattes »

Les participants s'assoient l'un derrière l'autre sur un banc, les jambes de part et d'autre. Avancer en portant le banc jusqu'au fond de la salle, en cadence et en coordonnant les mouvements.

« L'uni-jambiste »

Se placer l'un derrière l'autre, une main sur l'épaule de celui qui est devant soi et l'autre main porte la cheville de ce dernier, avancer jusqu'au fond de la salle sans se lâcher.

Jeux coopératifs sans opposition :

L'imitateur : jeu du miroir – *mobilité, échaufft général* -

Le prof déplace le ballon et les élèves font le miroir du ballon

course G – D – avt – arr

rotation du ballon sur lui-même = rotation de différentes parties du corps que le prof nomment (articulations)
sautes

Le manchot : - *cardio-vasculaire, mobilité* -

par groupe de 4 – 6 – 8 joueurs avec 1 ballon

se déplacer sur 20m de cône à cône : course entre les équipes ou encore courses relais par 2
sans utiliser les mains, dos au ballon, par lancers successifs : les joueurs se donnent la main

Concours de projection : - *manipulation, répétition des différents lancers kin-ball* –

3 personnes sous le ballon, un serveur (position attaque kin-ball)

lancer le + loin, dans différentes zones

Aki géant : - *manipulation, coordination occulo-pédestre* -

Jongler le plus de fois possible avec toutes les parties du
corps sauf les mbres sup.

Une seul touche consécutive par personne

La grande traversée : - *locomotion, non-locomotion, mobilité, contrôle postural* -

Corridor formé par 2 rangs de joueurs espacés de 5m

Passer sans se faire toucher par la balle

Var. : 2 ballons, se donner la main pour traverser

Pyramide : - *équilibre, contrôle postural* –

par groupe de 4 – 6 – 8 joueurs avec 1 ballon + tapis

1 personne monte dessus, les autres l'aident, puis 2, 3 montent

courses entre équipe : 1^{er} monté, le plus longtemps en équilibre, déplacement à genoux

Ballon en cercle ou les corridors: - *locomotion, manipulation* –

Double cercle : élèves face à face, faire tourner le ballon de différentes façons : avec mains, sans les mains, dos à dos, avec les pieds

Double corridors : idem

Le moteur : - *locomotion, manipulation, mobilité, contrôle postural* –

Double cercle, faire tourner ballon au sol, le plus de tour
possible dans un temps donné

Pieds fixés au sol, n'utiliser que les mains

Var. : 2 doubles cercles, dans les deux sens

Chasseurs de planètes : - *locomotion, manipulation, mobilité, contrôle postural* –

1 ou 2 participant dans le double cercle doit essayer de rattraper le ballon

Indiana Jones : - *locomotion, manipulation, mobilité, contrôle postural* –

1 participant dans le double cercle doit essayer de ne pas se faire rattraper par le ballon
changer le sens librement

Jeux coopératifs avec opposition :

Tag ballon ou sortilège : - *locomotion, mobilité* -

les joueurs, regroupés par paires, doivent courir pour éviter le ballon qui est lancé par une paire de chasseur qui pousse le ballon (1 ou plusieurs ballons)

Tag en cercle : - *locomotion, non-locomotion, mobilité, contrôle postural*-

Pieds collés au sol, frapper uniquement avec les mains

Le train : - *locomotion* –

Idem que tag ballon mais quand touché venir se placer derrière le chasseur (train)

Freezeman (mort à via) : - *locomotion, manipulation* –

Equipe de 4 à 6 joueurs, 10 points au départ

L'équipe appelée doit récupérer la balle et crier stop quand le 1^{er} joueur la touche

Les canons : - *manipulation, coordination occulo-pédestre* –

Faire passer les ballons par-dessus les canons adverses (1 pt quand ballon au sol dans le camp adverse), 2 lignes de canons à 2m l'une de l'autre

Deux sentinelles derrière les canons empêchent les bombes de tomber dans le camp

Ballon au mur (kin-ball-squash) : – *mobilité et manipulation* -

1 seul rebond est permis après le contact du mur

position attaque kin-ball pour servir (4 contre 4)

Hand-ball cerceaux: - *locomotion, manipulation*

Traverser l'espace de jeux sans que le ballon ne soit intercepté par les défenseurs qui se trouvent dans des cerceaux placés librement par ces derniers sur l'aire de jeu.

Les attaquants sont regroupés par paires et marquent un point quand ils parviennent à traverser l'espace à l'aide de passes sans que l'adversaire n'arrive à toucher le ballon.

Le champ de mines : - *locomotion, manipulation*-

2 équipes. Les joueurs d'une équipe sont placés dans des cerceaux et ont deux ballons en leur possession. L'autre équipe se trouve à une extrémité de la salle et au signal de l'arbitre, elle doit traverser la salle sans se faire toucher par les ballons. Les ballons ne peuvent tomber au sol avant de toucher un adversaire. Si chute au sol, il y a un minimum d'une passe à faire avant de pouvoir toucher l'adversaire. Les joueurs touchés sont éliminés et on compte le nombre de traversées du dernier joueur.

Olympiade coopérative : reprendre tous les jeux précédents et faire un total des points obtenus à chaque jeu.

La traversée du lac

Le parachute est à plat sur le sol. L'animateur explique qu'il s'agit d'un lac magique et que sa nature peut se modifier et annonce ensuite comment est la nature du lac en ce moment: par exemple, gelée (très tendu), bouillonnante avec des bulles, gluante avec de lentes ondulations ou très agitée avec des vagues monstrueuses. Certains doivent alors traverser le lac de la manière la plus adaptée à la nature du lac et les autres tiennent les bords pour produire les effets adéquats.

Le parapluie

Tous les joueurs tiennent le parachute à ras du sol. Ensuite l'animateur crie « PA-RA-PLUIE », au moment du « pluie », tous lèvent brusquement les bras en l'air le plus haut possible pour faire gonfler le parachute.

Le carrefour

Pendant que l'on gonfle le parachute en criant « PA-RA-PLUIE », l'animateur donne les instructions pour traverser le parachute par en-dessous: par exemple: « tous ceux qui se trouvent à une couleur rouge changent de place avec celui qui est en face de lui ou tous ceux qui ont mangé une tartine de choco ce matin changent de place ou tous ceux qui portent une montre, etc ».

La montagne

Une fois le parapluie réalisé, on le fait redescendre le plus vite possible pour emprisonner une montagne d'air à l'intérieur et l'on met les genoux sur le bord du parachute. Au signal, les alpinistes désignés vont escalader la montagne.

L'igloo

Tous les participants gonflent le parachute pour réaliser le parapluie et au signal passent le parachute derrière la tête, les épaules, le dos, les fesses et s'assoient dessus puis avancent vers le centre en tenant le parachute pour le faire gonfler davantage et former ainsi un igloo. On peut organiser différentes sortes de jeux à l'intérieur, chants, etc.

L'autruche

Idem que l'igloo mais au lieu de s'asseoir, ils se couchent sur le ventre et recouvrent leur tête par le parachute de sorte que l'on ne puisse voir que leur tête à l'intérieur. De là démarre le concours de la plus belle grimace ou une course folle entre deux enfants situés à l'opposé l'un de l'autre au dessus de toutes les jambes.

La crêpe

Les enfants font le parapluie et dans le mouvement lâchent le parachute pour tenter de retourner la crêpe.

Les pop-corn

L'animateur place des balles en mousse sur le parachute et explique que ce sont des maïs. Il faut donc remuer la casserole pour faire sauter les maïs et les transformer en pop-corn. Attention de ne pas les faire sortir de la casserole!

Le manège

Chaque participant tient les bords du parachute à hauteur de la taille et marche dans le sens des aiguilles d'une montre en tirant très fort le parachute vers l'arrière, de plus en plus vite, jusqu'au moment où tous courent. Ensuite, ils ralentissent pour s'arrêter petit à petit. On peut également placer trois enfants couchés sur le dos en triangle, pieds contre pieds, au milieu du parachute pour faire un tour du manège!

Le chat et la souris

Un élève se place dessous du parachute et se transforme en souris. La souris ne doit pas se faire attraper par le chat qui se trouve sur la toile à quatre pattes. Les autres élèves qui tiennent la toile encouragent la souris et font le plus de vagues possibles pour cacher la souris.

La cape de superman

La moitié des élèves courent en tenant le parachute au-dessus de leur tête jusqu'à l'autre extrémité de la salle, une fois arrivés, ils lâchent la toile. De là, l'autre moitié des enfants attrapent le parachute sans qu'il ne tombe par terre et repart dans l'autre sens.

La chute dans le vide

Se placer dans le co-oper blanket en regardant l'extérieur, tout en tenant le bord supérieur et en étendant les bras, se laisser aller vers l'arrière jusqu'à un point d'équilibre qui permet de répartir le poids de tous sur le contour du cercle.

Les petits pois

Assis dans la toile, tous les enfants sauf un sortent leur tête de la structure. Ceux qui ne jouent pas doivent deviner celui qui manque.

Ou l'inverse, les enfants se cachent dans la toile, deux, trois sortent leur tête. Ceux qui ne jouent pas doivent deviner ceux qui manquent en palpant les cheveux, les vêtements, les bijoux, etc.

Les créatures

La moitié des enfants, en utilisant leurs deux mains, ferment les bords pour ensuite créer une créature de leur choix, à faire découvrir à l'autre groupe.

La course d'obstacles

Une moitié du groupe situé à l'intérieur de la bande doit traverser la salle en franchissant les divers obstacles sans que personne ne tombe le plus vite possible. L'autre groupe devra faire le même parcours aussi rapidement. Qui est le plus rapide ?

La course d'aveugles

Une moitié du groupe doit réaliser un parcours, tous à l'intérieur et en cachant leur tête à l'aide de la bande. Un leader de l'autre équipe doit les guider jusqu'au bout du parcours. Le leader est-il clair dans ses consignes ? Quel est le groupe le plus rapide ?

La position de base

Placer l'élastique dans le bas du dos, faire quelques pas en arrière et se laisser aller doucement vers l'arrière afin d'obtenir une tension, un équilibre entre le poids du corps et la bande.

Suspendu entre deux sommets

Les participants tiennent l'élastique au-dessus de leur tête, un enfant à la fois se pend à la bande.

Trouver une place dans le trafic

Les enfants sont placés dans la position de base. Numérotez les enfants de 1 à 3 à répétitions et lorsque le moniteur crie par exemple le numéro 2, tous les 2 intervertissent leur places et c'est le dernier arrivé qui a perdu. Attention les autres numéros doivent tenter de ne pas bouger les pieds.

Le ballon volant

En position de base, garder le ballon de baudruche le plus longtemps possible en l'air sans bouger le pied.

La tornade

Construire une forme tordue en se plaçant au-dessus, en dessous ou autour de l'un ou de l'autre en tenant tous d'une main l'élastique. Essayer de le dérouler sans le lâcher.

Les entrepreneurs

L'animateur dessine une forme au tableau (carré, triangle, rond, etc.) et les enfants doivent représenter cette forme au sol avec l'élastique, tous doivent rester dans la construction.

L'appétit du dragon

Deux, trois enfants se trouvent dans l'élastique et l'étendent. Ceux-ci doivent toucher ceux qui sont à l'extérieur. Quand un est touché, il doit rejoindre le dragon.

Les tireurs d'élite

Les joueurs à l'extérieur de la bande doivent essayer de toucher à l'aide de ballons les enfants qui se trouvent à l'intérieur.

Jeux coopératifs avec le jeu de la fronde

L'envol

Les joueurs coopèrent pour envoyer la balle en l'air et la réceptionner.

L'aller-retour

L'équipe A lance la balle à l'équipe B, celle-ci la réceptionne et la renvoie à l'équipe A.

Le double aller-retour

Deux équipes, avec chacune leur propre balle doivent simultanément envoyer la balle à l'autre équipe. Elles essaient ensuite de réceptionner la balle de l'autre équipe.

Alerte

Ce jeu nécessite un filet pour 4. Tous les groupes numérotés forment un cercle avec une équipe au milieu, celle-ci possède une balle dans son filet et crie un numéro en lançant la balle. Cette équipe qui possède ce numéro doit réceptionner la balle et prendre la place au milieu du cercle.

D'autres jeux peuvent être réalisés par ateliers:

Atelier 1: *le jet le plus long*

Les joueurs essaient de lancer la balle le plus loin possible. Le marqueur indique l'endroit où la balle a atterri.

Atelier 2: *la cible*

Les joueurs essaient de marquer des points en envoyant la balle dans la cible (cerceau suspendu, par exemple).

Atelier 3: *le volley*

Passes au-dessus du filet sans que la balle ne tombe par terre.

Atelier 4: *le switch*

Lancer la balle haut assez, pour pouvoir lâcher le filet, courir jusqu'au deuxième filet, le ramasser et réceptionner la balle.

Jeux coopératifs avec Nebula Track

L'envol

Les joueurs coopèrent pour envoyer la balle en l'air et la réceptionner.

Les rails

Permettre à la balle de partir d'un point x et d'arriver à un point y. En positionnant les bandes une derrière l'autre et en les déplaçant quand la balle est passée sur la bande suivante.

Cfr train Omnikin.

Variante : trajectoire en serpentif pour éviter les obstacles.

La boucle

Faire rouler la balle sur sa bande et quand elle arrive à la fin la renvoyer par un lancer.

Compétition entre les trois bandes.

Bowling

Faire tomber des quilles avec comme piste de lancement la bande tenue par tout le groupe.

A consulter :

- Jeux coopératifs avec les ballons OMNIKIN de L.Grondin et G.Beaumier
- Jeux coopératifs pour bâtir la paix Tome II de M.Masheded

Pour tous renseignements :

Damien Vandeberg : Asbl Dimension Sport 087/44.63.96 ou 0496/33.02.82

E-mail : info@dimension-sport.be et site : www.dimension-sport.be