

Allez jouer au ballon!

Roule le ballon!



Ce dont vous aurez besoin

- au moins 5 joueurs de 6 à 8 ans
- 1 gros ballon
- une aire ouverte

Déroulement du jeu

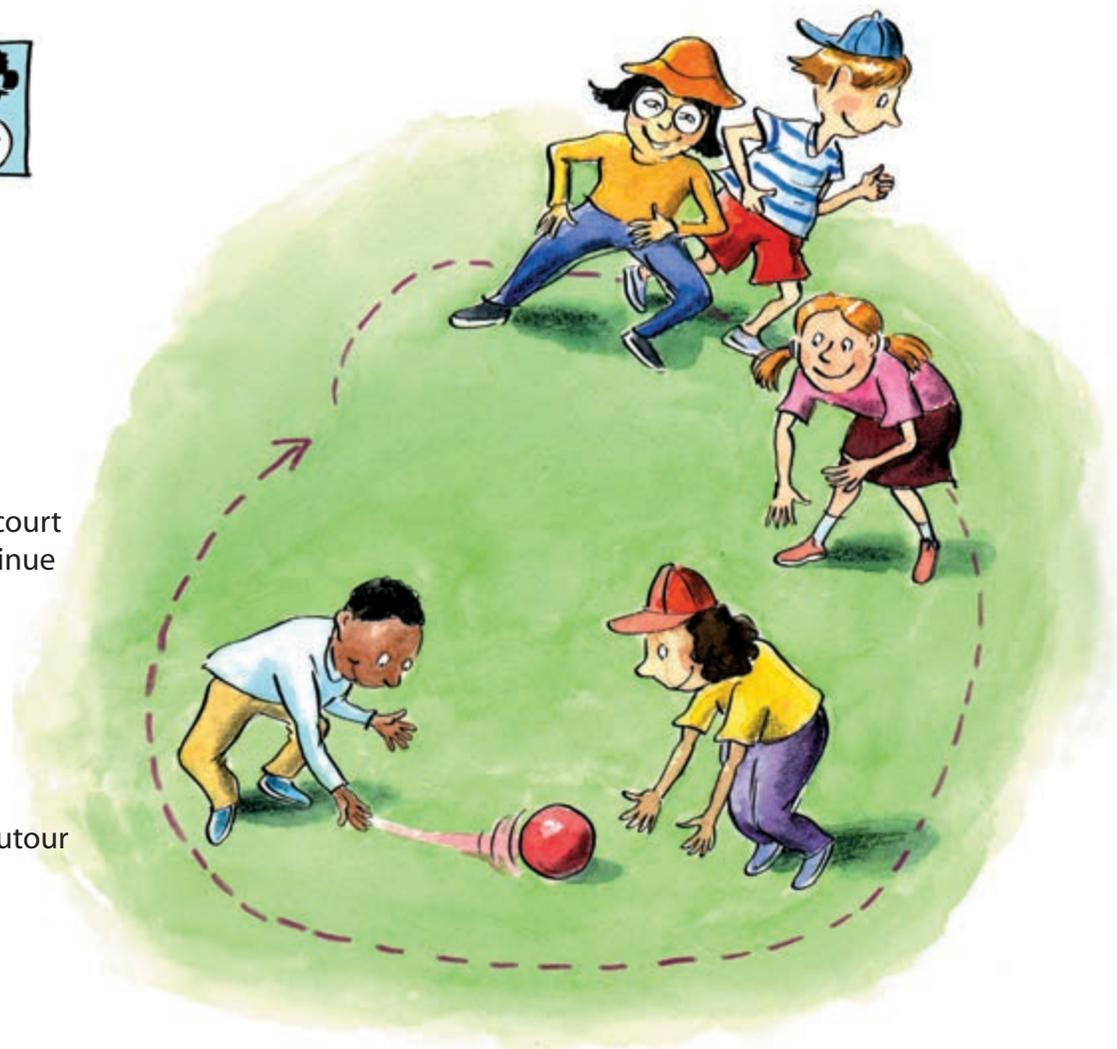
- Les joueurs forment un cercle.
- Un joueur roule ou passe le ballon au joueur à côté de lui puis court dans la direction opposée à l'extérieur du cercle. Le ballon continue d'être roulé ou passé autour du cercle pendant que le joueur retourne à sa place. L'objectif est de retourner à sa place avant le ballon.
- Les joueurs jouent à tour de rôle.

Variante

- Continuez à rouler le ballon. Demandez aux joueurs de courir autour du cercle dès que le joueur à leur droite retourne à sa place.

Principes directeurs pour l'adaptation des habiletés

- Décisions à prendre avant le début du jeu :
 1. Actions – comment passer le ballon / nombre de fois que le ballon doit faire le tour du cercle
 2. Matériel – ballon (type et taille)
 3. Rythme des déplacements



Allez jouer au ballon!

Billard électrique



Ce dont vous aurez besoin

- au moins 8 joueurs de 8 à 12 ans
- 1 gros ballon qui rebondit bien
- une aire ouverte

Déroulement du jeu

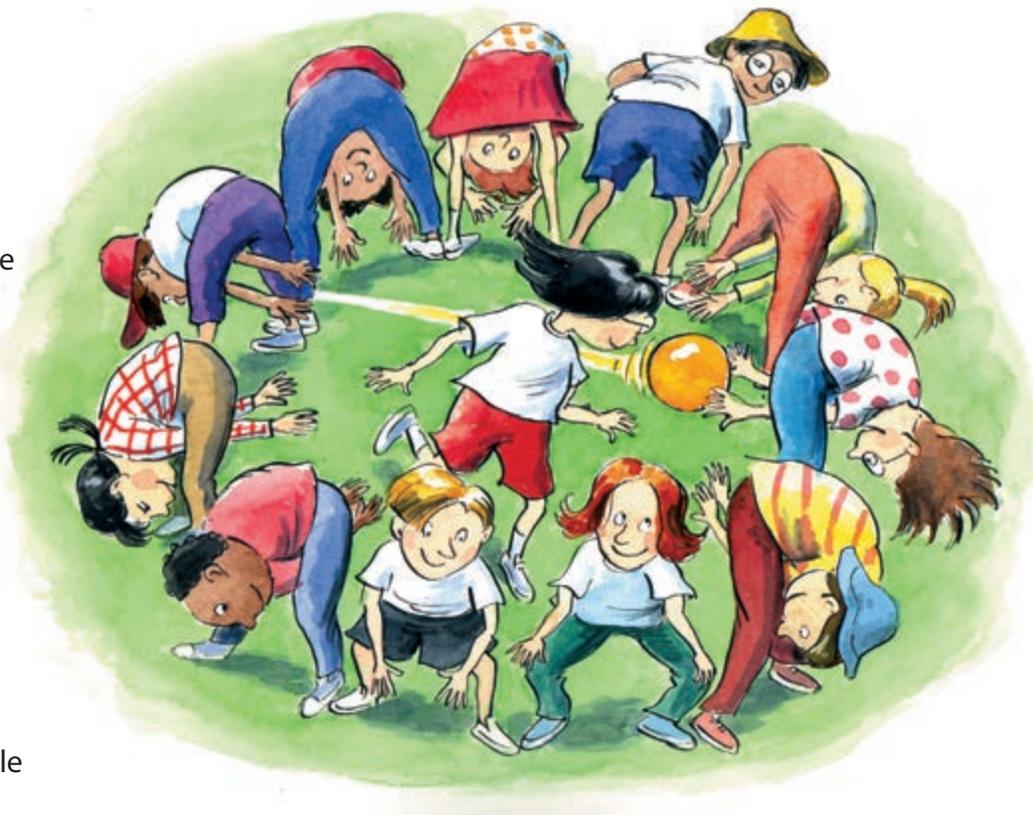
- Les joueurs, appelés « leviers » sont placés en cercle, face vers l'extérieur, jambes écartées, le côté des pieds touchant le pied du voisin de chaque côté. Un joueur se place au centre du cercle et joue le rôle de cible mouvante. Un « levier » tient le ballon.
- Les « leviers » s'inclinent vers l'avant et font basculer leurs bras à travers leurs jambes comme un « levier » dans le jeu de billard électrique. Ils essaient de frapper la cible mouvante avec le ballon. Les « leviers » peuvent frapper, attraper ou lancer le ballon. La cible mouvante essaie d'éviter de se faire frapper par le ballon.
- Si la cible mouvante se fait frapper, elle change de place avec le « levier » qui a lancé le ballon.

Variante

- Ballon roulé (pour les enfants plus jeunes) : Les joueurs forment un cercle, face vers l'intérieur. Le joueur au centre tient le ballon et le roule entre les jambes d'un des autres joueurs. Les joueurs formant le cercle ne peuvent arrêter le ballon qu'avec leurs mains. Si le ballon passe à travers les jambes d'un des joueurs, la personne au centre change de place avec la personne qui a laissé passer le ballon.

Principes directeurs pour l'adaptation des habiletés

- Décisions à prendre avant le début du jeu :
 1. Actions – comment attraper/frapper/lancer le ballon
 2. Matériel – ballon (gros et souple)
 3. Endroit sur le corps où il est permis de toucher un joueur



Allez jouer au ballon!

L'Île aux crocodiles



Ce dont vous aurez besoin

- de 6 à 12 joueurs de 6 à 10 ans
- 1 ballon (souple)
- de la craie / des cerceaux / une longue corde à sauter / du ruban masqué
- une aire ouverte

Déroulement du jeu

- Tracez trois îles (cercles) sur le sol avec de la craie ou utilisez des cerceaux, de la corde ou du ruban. Un joueur se place dans chacun des cercles. Ce sont les naufragés. Les autres joueurs sont des crocodiles. Ils se tiennent autour des îles.
- Les naufragés se lancent le ballon entre eux sans que leurs pieds ne quittent leur île. Les crocodiles essaient d'attraper le ballon.
- Si un crocodile attrape le ballon, il change de place avec le naufragé qui l'a lancé.

Variante

- Changez le nombre de joueurs, le diamètre des cercles, la taille du ballon.

Principes directeurs pour l'adaptation des habiletés

- Décisions à prendre avant le début du jeu :
 1. Actions – comment lancer/passer le ballon
 2. Matériel – le ballon (type et taille)
 3. Sécurité – accessibilité des cercles



Allez jouer au ballon!

Quatre carrés



Ce dont vous aurez besoin

- au moins 4 joueurs de 8 à 12 ans
- 1 gros ballon qui rebondit bien
- une aire à surface dure et de la craie de trottoir

Déroulement du jeu

- Tracez un gros carré et divisez-le en quatre carrés égaux d'environ 3 m sur 3 m (9 pieds sur 9 pieds). Numérotez les carrés de 1 à 4 en allant dans le sens des aiguilles d'une montre.
- Un joueur se tient debout dans chacun des carrés. Le joueur dans le carré 1 est désigné le capitaine.
- Le capitaine commence le jeu en laissant tomber le ballon. Lorsque le ballon rebondit, il frappe le ballon par-dessous avec sa paume ouverte vers un autre carré.
- Le joueur recevant le ballon le laisse rebondir avant de l'envoyer dans un autre carré.
- Le jeu se poursuit jusqu'à ce qu'un joueur manque le ballon ou commette une faute. Une faute est commise lorsqu'un joueur :
 - a) manque le ballon une fois qu'il a rebondi dans son carré
 - b) frappe le ballon avec un poing ou par-dessus
 - c) frappe le ballon de sorte qu'il atterrisse sur une ligne
 - d) permet au ballon de toucher une partie de son corps autre que ses mains
 - e) attrape ou porte le ballon
 - f) ne respecte pas les règles de la variante choisie par le capitaine (se reporter aux Variantes)
- Le joueur qui commet une faute est éliminé et quitte son carré. Les autres joueurs passent au prochain carré. Un nouveau joueur entre dans le jeu en se plaçant dans le carré 4. S'il n'y a plus de joueurs, celui qui a commis la faute passe au carré 4.
- Le capitaine recommence le jeu.

Variantes

- Le capitaine décide de la variante avant le début du jeu.
 - Touches hautes : rebondit jusqu'à une hauteur supérieure à la taille
 - Touches basses : rebondit jusqu'à une hauteur ne pouvant dépasser la taille
 - Autre main : le joueur fait rebondir le ballon de l'autre main
- Le capitaine choisit une lettre de l'alphabet. Les joueurs prononcent un mot qui commence par cette lettre en frappant le ballon.
- Les joueurs attrapent le ballon avant de le faire rebondir ou de le faire parvenir au carré d'un autre joueur.
- Changement du type ou de la taille du ballon.

Principes directeurs pour l'adaptation des habiletés

- Décisions à prendre avant le début du jeu
 1. Actions – comment passer/renvoyer le ballon.Actions constituant des fautes.



Allez jouer au ballon!

Ballon haut, ballon bas!



Ce dont vous aurez besoin

- 4 joueurs de 6 à 8 ans
- 1 gros ballon qui rebondit bien et une longue corde
- une aire à surface dure

Déroulement du jeu

- 2 joueurs tiennent chacun une extrémité de la corde de sorte qu'elle soit bien tendue, juste au-dessus du sol. Les deux autres se tiennent l'un en face de l'autre de chaque côté de la corde. L'un d'eux tient le ballon.
- Pour commencer le jeu, le joueur tenant le ballon le fait rebondir par dessus la corde et l'autre joueur essaie de l'attraper.
- Les joueurs continuent de faire rebondir le ballon à tour de rôle en le faisant passer pardessus la corde.
- Chaque fois que le ballon est attrapé, on monte la corde d'un cran.
- Les joueurs changent de place lorsqu'un joueur manque le ballon ou la corde a été tenue aussi haut que possible.

Variante

- Utilisez des balles plus petites à mesure que les compétences des joueurs se perfectionnent.

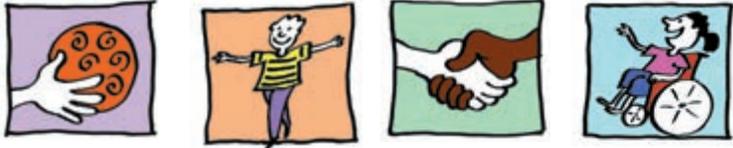
Principes directeurs pour l'adaptation des habiletés

- Décisions à prendre avant le début du jeu :
 1. Actions – comment faire rebondir/attraper le ballon. Qu'est-ce qu'un coup manqué?
 2. Matériel – ballon/balle (type et taille).



Allez jouer au ballon!

Quilles humaines



Ce dont vous aurez besoin

- au moins 6 joueurs de 8 à 12 ans
- 1 gros ballon
- une aire à surface dure, de la craie ou du ruban masqué

Déroulement du jeu

- 1 joueur est le « joueur de quilles » et un autre est le « renvoyeur de ballon ». Les quatre autres joueurs sont des quilles.
- Tracez une ligne à quelques mètres des quilles qui se tiennent en groupe. Le joueur de quilles se tient derrière la ligne, à l'écart des quilles.
- Les quilles peuvent pivoter sur un pied afin d'éviter de se faire toucher, mais doivent toujours garder le pied sur lequel elles pivotent sur le sol.
- Le joueur de quilles a trois tours et essaie de frapper autant de quilles que possible. Chaque quille touchée vaut un point.
- Toutes les quilles touchées sont éliminées et sortent du jeu jusqu'au prochain tour.
- Le renvoyeur de ballon reçoit le ballon et le renvoie au joueur de quilles après chaque tour.
- Une fois que le joueur de quilles a terminé son tour (3 envois du ballon), il devient le renvoyeur de ballon.
- Le renvoyeur de ballon devient une quille. La première quille éliminée devient le joueur de quilles.
- Le jeu se poursuit jusqu'à ce que tous les joueurs aient été joueur de quilles. Le gagnant est celui qui a accumulé le plus grand nombre de points.



Principes directeurs pour l'adaptation des habiletés

- Décisions à prendre avant le début du jeu :
 1. Actions – comment rouler le ballon / quand un joueur est-il frappé?
 2. Limites/aire de jeu
 3. Matériel – ballon (type et taille)
 4. Endroit sur le corps où il est permis de toucher un joueur

Variante

- Changez le nombre de quilles ou le nombre de fois qu'un joueur peut lancer le ballon.

Allez jouer au ballon!

Un, deux, trois, O'Leary



Ce dont vous aurez besoin

- 1 joueur de 7 à 10 ans
- 1 balle qui rebondit bien
- une aire à surface dure

Déroulement du jeu

- Le joueur fait rebondir la balle sur le sol et chante la petite chansonnette suivante :
- Lorsque le joueur dit « O'Leary », il accomplit l'une des choses suivantes :

Un, deux, trois O'Leary Quatre, cinq, six O'Leary
sept, huit, neuf O'Leary Dix, onze, douze attrape-moi

- il fait rebondir la balle en la passant sous une jambe, il tape des mains ou pivote sur lui-même

Variantes

- Les enfants plus jeunes peuvent utiliser des balles plus grosses
- Le jeu peut se jouer seul ou en petits groupes.

Principes directeurs pour l'adaptation des habiletés

- Décisions à prendre avant le début du jeu :
 1. Actions – comment faire rebondir la balle / attraper la balle / exécuter d'autres mouvements
 2. Matériel – balle (type et grosseur).



Allez jouer au ballon!

Tennis papier



Ce dont vous aurez besoin

- au moins 2 joueurs de 8 à 12 ans
- 1 raquette-cintre (reportez-vous à la section intitulée Prêt! Soyez créatif! Confectionnez votre propre matériel!)
- 1 ballon léger (éponge/papier)
- une aire ouverte
- un bandage élastique au besoin pour l'adaptation des habiletés

Déroulement du jeu

- Chaque joueur a une raquette et une balle.
- Les joueurs essaient de frapper la balle de différentes façons (par dessus, par-dessous) tout en essayant de garder la balle dans les airs.
- Les joueurs peuvent se lancer la balle d'un joueur à l'autre.

Principes directeurs pour l'adaptation des habiletés

- Décisions à prendre avant le début du jeu :
 1. Actions – comment tenir la raquette / frapper la balle
 2. Matériel – balle (type et taille)
 3. Formation de paires.



Allez jouer au ballon!

Deux balles au mur



Ce dont vous aurez besoin

- 1 joueur de 9 à 12 ans
- 2 balles par joueur (tennis)
- une aire à surface dure avec un mur

Déroulement du jeu

- Chaque joueur tient une balle de tennis dans chacune de ses mains.
- Le joueur lance une balle contre le mur. À son retour, il lance la deuxième balle contre le mur et attrape la première balle de l'autre main. Le joueur continue ce lancer-attraper jusqu'à ce qu'il manque son coup. Les balles ne doivent pas toucher le sol.
- Les joueurs comptent le nombre de fois qu'ils attrapent les balles.



Variantes

- Changer le nombre de balles ou les mains utilisées pour lancer et attraper.
- Laisser les balles rebondir sur le sol une fois avant de les attraper et faire une action (comme frapper les mains ensemble, pivoter sur soi, etc.) avant de la rattraper.

Principes directeurs pour l'adaptation des habiletés

- Décisions à prendre avant le début du jeu :
 1. Actions – comment attraper / lancer la balle
 2. Formation de paires



Allez jouer au ballon!

Balle errante



Ce dont vous aurez besoin

- au moins 10 joueurs de 8 à 12 ans
- au moins un ballon
- une aire ouverte

Déroulement du jeu

- Les joueurs forment un cercle autour de deux joueurs.
- Les ballons sont lancés d'un joueur à l'autre du cercle au-dessus de la tête des deux joueurs dans le centre.
- Si le ballon est attrapé par un joueur au centre, ce joueur et celui qui a lancé le ballon changent de place.
- Si un joueur lance le ballon et personne ne l'attrape, ce joueur devient un joueur du centre.

Variante

- Si le groupe de joueurs est plus grand, placez plus de joueurs au centre et utilisez plus de ballons.

Principes directeurs pour l'adaptation des habiletés

- Décisions à prendre avant le début du jeu :
 1. Actions – comment lancer/attraper le ballon
 2. Limites/aire de jeu
 3. Matériel – ballon/balle (type et taille)

