

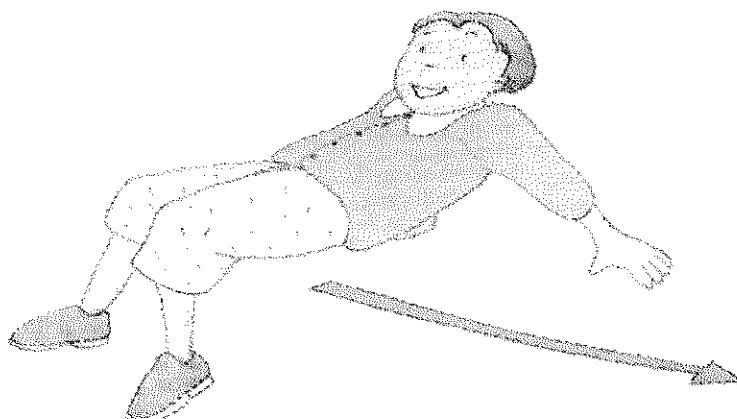
JEUX POUR CADETS

**LOISIRS ET SPORTS
2007**

La course en crabe

 8 à 30 joueurs

 8 à 12 ans



La course en crabe

Les équipes se forment en file indienne derrière la ligne de départ. Étant donné l'effort physique qu'exige l'épreuve, la ligne d'arrivée doit être assez rapprochée : 5 mètres environ. Le premier joueur de chaque file tourne le dos à la ligne d'arrivée, s'accroupit et se renverse en arrière de façon à ne reposer que sur les mains et la plante des pieds.

Au signal donné, les joueurs en tête de file se dirigent vers la ligne d'arrivée en marche arrière, la franchissent et reviennent à la ligne de départ. À leur retour, ils sont remplacés par les deuxièmes joueurs des diverses files, et ainsi de suite. La première équipe dont tous les membres ont effectué le parcours gagne la partie.

Le diable à ressort



8 à 30 joueurs



8 à 12 ans

Les diverses équipes se rangent en file indienne de telle sorte que les joueurs soient à environ 1 mètre les uns des autres.

Les joueurs s'accroupissent. Au signal de départ, le premier de chaque file se lève, tourne à droite et fait le tour de sa file, en courant dans le sens des aiguilles d'une montre. Après avoir repris sa place, il saute trois fois sur place en position accroupie en comptant « Un, deux, trois. » Tous les joueurs de l'équipe procèdent de la même façon à partir de leur place dans la file. La première équipe dont les membres ont achevé leur parcours gagne la partie.

La course en sac

 8 à 40 joueurs

 8 à 12 ans

 Grands sacs

Les équipes se placent en file indienne derrière une ligne de départ qui a été tracée à 10 mètres de la ligne d'arrivée. On donne au premier joueur de chaque file un grand sac, de jute par exemple, comme ceux dont on se sert pour les pommes de terre ou la paille.

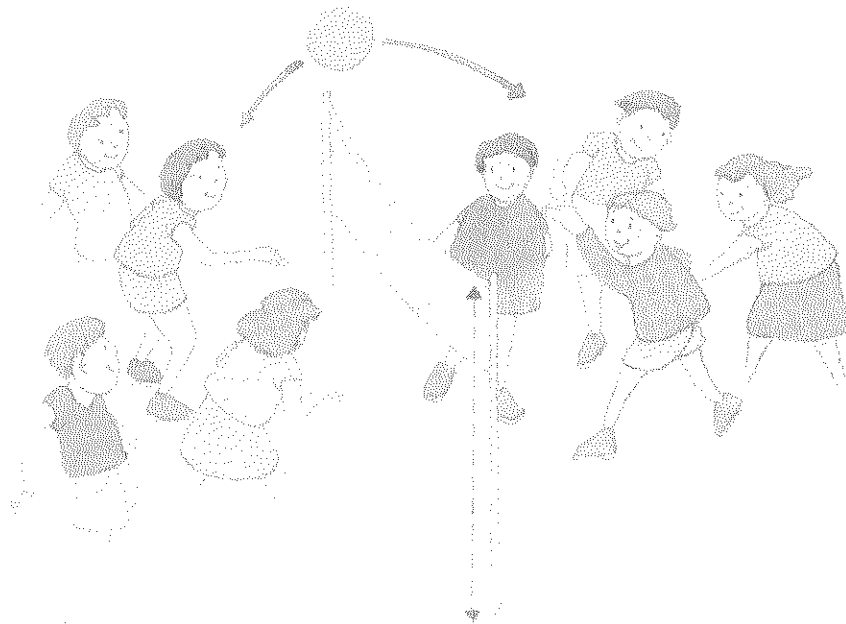
Au signal convenu, les premiers joueurs des diverses équipes enfilent leur sac jusqu'à la taille. En le tenant des deux mains, ils vont en sautant jusqu'à la ligne d'arrivée puis reviennent à la ligne de départ pour passer le sac au suivant. Celui-ci l'enfile le plus

rapidement possible pour ne pas perdre de temps et effectue le même parcours. L'équipe gagnante est celle qui finit en premier.

Les débuts sont un peu ardues mais l'agilité vient vite avec la pratique.



La course en sac



Le net-ball

Le net-ball

- 8 à 24 joueurs
- 8 à 12 ans
- 1 ballon et 1 filet de volley-ball

Les joueurs forment deux équipes et se placent de part et d'autre du filet de volley-ball, réglé à 1,80 mètre de hauteur et tendu au milieu d'une zone d'environ 6 mètres sur 12.

Un des joueurs lance le ballon dans la zone adverse. Le joueur qui l'attrape doit le renvoyer immédiatement, de l'endroit où il se trouve, par-dessus le filet, et ainsi de suite d'un camp à l'autre. Si le ballon touche le sol, dans les limites du terrain adverse, l'équipe qui l'a lancé marque un point. S'il sort du terrain ou s'il heurte le filet, c'est l'équipe adverse qui marque le point. L'équipe gagnante est celle qui a marqué le plus de points après 5 ou 10 minutes de jeu.

Le ballon en l'air


- 8 à 24 joueurs
- 9 à 12 ans
- 2 ballons légers


Les joueurs se divisent en deux équipes égales et se mettent en cercle par équipe, en se plaçant assez près les uns des autres. Chaque équipe a son ballon.

Lorsque le signal est donné, dans chaque équipe, un joueur lance le ballon en l'air. Tous les joueurs de l'équipe doivent empêcher le ballon de retomber au sol en le frappant des deux mains. Comme au volley-ball, il est interdit de tenir ou de porter le ballon.

L'équipe dont le ballon reste en l'air le plus longtemps marque un point. On peut ensuite faire autant de manches qu'on veut, la victoire allant bien sûr à l'équipe qui a marqué le plus de points.

Le ballon roulé

 16 à 20 joueurs

 10 à 12 ans

 Terrain dégagé

 1 ballon

Le terrain est semblable à un losange de base-ball. Les trois buts sont espacés d'environ 10 mètres. Les joueurs forment deux équipes égales : l'une est à la batte, l'autre au champ. Les joueurs de champ prennent les mêmes positions qu'au base-ball.

Dans l'ensemble, les règles sont celles du base-ball (voir page 121) et de la balle molle (voir page 124), mais le frappeur renvoie d'un coup de pied le ballon que le lanceur a fait rouler jusqu'à lui. Le frappeur est éliminé s'il manque trois fois le ballon, s'il fait quatre hors-jeu, si un joueur attrape le ballon au vol, ou s'il est touché entre deux buts (ou entre le marbre et le premier but) par un joueur qui tient le ballon. Dès que trois frappeurs ont été éliminés, les deux équipes changent de place. L'équipe gagnante est celle qui a marqué le plus de points au bout de cinq manches.

VARIANTES.

Au Ballon lancé, on suit les mêmes règles, mais le frappeur lance le ballon au lieu de le frapper du pied. Il marque un point pour son équipe s'il passe par les trois buts sans être éliminé, et il n'a pas le droit de s'arrêter à un but. Le frappeur est éliminé si un joueur de champ attrape le ballon au vol ou si un joueur de but reçoit le ballon avant que le frappeur ait atteint son but. Les joueurs de champ doivent envoyer le ballon d'abord au gardien du premier but, puis à celui du deuxième, puis à celui du troisième, et enfin au marbre, avant que le frappeur y soit arrivé. On peut aussi appliquer les règles du ballon lancé au Ballon roulé. Le lanceur fait rouler le ballon

jusqu'au frappeur, qui l'envoie d'un coup de pied dans le champ. Le frappeur essaie alors de passer par les trois buts et de revenir au marbre avant que le ballon, lancé d'un gardien de but à l'autre, ait fait le même parcours. S'il réussit, le frappeur marque 1 point pour son équipe. Il est éliminé si un joueur attrape le ballon au vol ou si le ballon arrive avant lui à l'un des buts ou au marbre. Quand trois frappeurs ont été éliminés, les deux équipes changent de place. Les variantes se jouent toutes les deux en cinq manches.

La course à obstacles

■ 3 à 20 joueurs

■ 10 à 12 ans

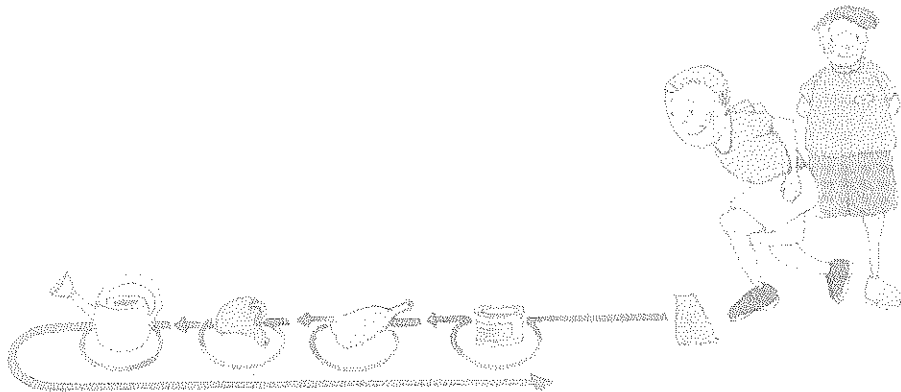
■ 1 chronomètre

Le meneur de jeu aligne divers obstacles (poubelles, boîtes, etc.) sur une trentaine de mètres. Les joueurs se placent en file derrière la ligne de départ.

À u signal du meneur de jeu, le premier joueur fait le parcours en courant et en faisant le tour complet de chacun des obstacles. Au bout du parcours, il revient en ligne droite. Le suivant prend sa place. Tous sont chronométrés par le meneur de jeu, et celui qui a été le plus rapide gagne la course.

VARIANTE

S'il y a beaucoup de joueurs, on peut procéder par élimination. On divise les joueurs en groupes et les gagnants des divers groupes s'affrontent dans des demi-finales puis dans une épreuve finale. Dans La course d'obstacles, il faut sauter par-dessus les obstacles, passer par-dessous ou les contourner, selon le cas. Le parcours peut être allongé.



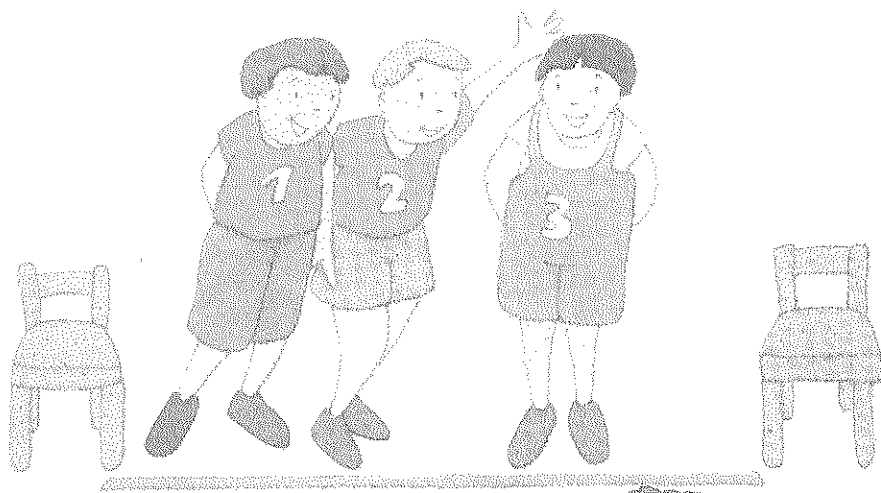
La course à obstacles

Le hockey-balai

 **8 à 12 ans**


 **2 balais, torchon, 4 chaises**

Les joueurs forment deux équipes qui se placent en ligne, face à face, aux deux extrémités du terrain. Pour délimiter les buts, on place deux chaises à 1,20 mètre de distance sur chaque ligne. Au centre du terrain, on pose sur le sol un torchon entre deux balais orientés chacun vers un des buts. On attribue aux joueurs des numéros, de façon à ce que les numéros 1 et suivants de chaque équipe soient diagonalement opposés. Le meneur de jeu appelle un numéro. Les joueurs des deux équipes qui portent ce numéro courent au milieu du terrain pour prendre le balai dont le manche est orienté vers leur équipe. Chacun des deux joueurs s'efforce alors de pousser le torchon, avec son balai, dans les buts de l'adversaire ; les autres membres n'ont pas le droit de participer à l'action. Dès qu'un joueur marque un point, on remet les balais et le torchon au milieu du terrain et on appelle un autre numéro. Après 10 minutes, l'équipe qui a marqué le plus de points a gagné.




Le hockey-balai

Le tir à rebondissement

 7 à 12 ans


 1 seau, 1 balle de caoutchouc

 On place un seau par terre, au pied d'un mur, et on trace une ligne de tir sur le sol, à 3 mètres du mur. Les joueurs doivent envoyer une balle de caoutchouc dans le seau, à partir de la ligne de tir, en la faisant rebondir une fois par terre. Chaque coup réussi vaut un point. Les tireurs ont droit à cinq essais en tout. Celui qui marque le plus de points gagne le concours.

L'anneau voyageur

 8 à 12 ans

 2 anneaux, 2 longues ficelles

 On enfle un anneau sur chaque ficelle, que l'on noue solidement aux deux bouts. Les joueurs constituent deux équipes, qui forment chacune un cercle. Ils peuvent s'asseoir ou rester debout. On donne une ficelle à chaque équipe ; un des joueurs tient l'anneau. Au signal du départ, les joueurs se passent l'anneau le plus rapidement possible. La première équipe qui fait faire ainsi trois tours complets à l'anneau gagne la course. On peut changer de sens à chaque tour et, bien sûr, remplacer l'anneau par une bobine ou une rondelle de métal ou de caoutchouc.


VARIANTE

Le beignet voyageur se joue de la même façon, mais on remplace l'anneau par un beignet. Les joueurs doivent manipuler le beignet avec beaucoup de précautions car il risque de s'émietter et de se défaire avant même d'avoir accompli les trois tours. Si la chose se produit, l'équipe en cause perd le concours.

Le football-éventail

 7 à 12 ans

 Rectangles de carton, balle de ping-pong

 On trace sur le sol deux lignes de but aux deux extrémités d'un terrain. Les joueurs forment deux équipes et se déploient de façon à occuper des endroits stratégiques, sachant qu'ils n'auront pas le droit de se déplacer de plus de 1 mètre dans quelque direction que ce soit. On donne à chacun un morceau de carton, puis le meneur de jeu lance au milieu de la pièce une balle de ping-pong. Se servant de leur carton comme éventail, les joueurs de chaque équipe cherchent à se passer la balle pour lui faire franchir la ligne de but adverse.

La réussite vaut six points. En revanche, si un joueur frappe la balle avec son carton, son équipe perd un point. Si la balle franchit une ligne de but après avoir été frappée par un joueur, le coup ne compte pas. L'équipe gagnante est celle qui a marqué le plus de points au bout de 10 minutes de jeu.

La prise de foulards



10 à 20 joueurs



6 à 10 ans



Autant de foulards (ou de mouchoirs)
que de joueurs

Chaque joueur porte derrière le dos un foulard coincé dans la ceinture qui ne doit pas être attaché. Les joueurs sont partagés en deux équipes qui se font face. On forme ainsi des couples d'adversaires qui s'éloignent les uns des autres. Au signal donné, chaque joueur essaie de prendre le foulard de son adversaire tout en conservant le sien. Il est interdit de se mettre dos à un mur, un arbre, etc. L'équipe qui remporte le plus de foulards, pendant un temps défini en début de partie, est déclarée vainqueur.

.....

Le frisbee



Terrain dégagé, plage



1 frisbee

Le but est de lancer le frisbee, un disque de plastique, à un autre joueur. Généralement, c'est un jeu très prisé sur les plages. On tient le frisbee d'une main, bien à plat. Pour le lancer à son coéquipier, il faut se mettre de profil et l'envoyer d'un coup sec du poignet. Pour le rattraper, on doit tendre les bras et le saisir entre les deux mains.