

EPS
J.Falize

JEU DE LANCER

Qui a la balle ?

Terrain, disposition, matériel

Tout terrain
Une balle ou un ballon
Joueurs dispersés plus ou moins en demi cercle

Description, but, règles :

Un joueur au centre du demi cercle tourne le dos aux autres.
Il lance la balle en arrière sans se retourner.
L'un des autres qui attrape la balle, la cache derrière le dos.
Lorsque tous ont repris leur place en demi cercle, ils demandent au lanceur
« Qui a la balle ? »
Le lanceur se retourne et désigne celui qui, à son avis, est en possession de la balle.
S'il devine juste, la balle lui est renvoyée et le jeu recommence.
S'il se trompe, le possesseur du ballon le remplace et lance la balle à son tour.

Organisation :

- Disposer les joueurs en demi cercle
- Choisir le premier lanceur, le placer dos au cercle et lui donner la balle
- Signaler aux autres qu'ils doivent rattraper la balle lancée et bien la cacher derrière le dos
- Faire lancer la balle
- Reformer le demi cercle.
- Inviter les joueurs à rester immobiles

-Inviter le lanceur à se retourner et à choisir le possesseur du ballon

JEU DE LANCER

Bombardement

Terrain, disposition, matériel :

Terrain plat, gymnase
20 quilles
2 ballons ou 2 balles

Description, but, règles :

Le but du jeu est de renverser les quilles de l'adversaire tout en protégeant les siennes.

On lance le ballon avec la main mais on ne peut la retenir qu'avec le pied.

Quand un joueur possède un ballon, il peut soit le passer à un partenaire ou shooter pour renverser une quille de l'adversaire. Chaque fois qu'une quille tombe, l'équipe qui a shooté gagne un point.

Quand par mégarde un joueur fait tomber une quille de son propre camp, c'est l'équipe adverse qui compte un point.

L'équipe gagnante totalise le plus de points.

Organisation :

- Tracer le terrain
- Dans chaque camp, disperser 10 quilles
- Répartir les joueurs en 2 équipes et les placer chacune dans leur camp
- Donner le but du jeu
- Donner les ballons et faire commencer le jeu
- Compter les points

JEU DE LANCER

Balle à la riposte

Terrain, matériel :

Terrain plat ou gymnase
Un ballon
Joueurs dispersés en cercle

Description, but, règles :

Le ballon est passé d'une manière continue de gauche à droite ou de droite à gauche.

Lorsque le ballon a accompli un tour de cercle, le joueur qui le reçoit peut le lancer à n'importe lequel de ses condisciples sauf à l'un de ses plus proches voisins.

Lâcher le ballon équivaut à un point de pénalité.

Celui qui totalise 2,3 ou 4 points est éliminé du jeu et doit subir l'un ou l'autre

JEU DE LANCER

Relais dribble et passe

Terrain, matériel, disposition :

Terrain plat

2 équipes de 6 à 15 joueurs en files // derrière la ligne de départ

A 10 – 15 mètres, deux piquets ou obstacles quelconques

Description, but, règles :

Chaque joueur doit dribbler à partir de la ligne de départ, contourner l'obstacle et lancer, « passer » le ballon au joueur suivant de son équipe. Ce n'est qu'à ce moment que ce dernier peut partir en dribblant, contourner l'obstacle et « passer » le ballon au suivant.

L'équipe gagnante est celle dont le dernier joueur envoie le premier le ballon au meneur placé sur la ligne de départ.

Organisation :

- Préparer les 2 ballons
- Tracer la ligne de départ et placer les piquets
- Rassembler les joueurs en 2 files // derrière la ligne de départ
- Montrer soi-même le dribble et la passe
- Donner un ballon à chaque équipe
- Signaler aux derniers qu'ils doivent vous renvoyer, « passer » le ballon
- Donner le départ de la course.

Organisation :

- Préparer le ballon, placer les joueurs en cercle, s'y mettre également
- Passer le ballon à son voisin de droite et l'inviter à continuer de même
- Donner la règle de riposte au moment où le voisin de gauche reçoit le ballon

-Pénaliser d'un point le premier joueur qui lâche le ballon ou qui fait une mauvaise passe et donner la règle d'élimination en précisant la pénitence

JEU DE LANCER

L'horloge

Terrain, disposition :

Terrain plat

2 ballons

Une équipe en cercle, l'autre en file.

Description, but, règles :

L'équipe A en cercle se passe la balle de proche en proche pendant que les joueurs de l'équipe B se relayent en dribblant autour du cercle.

L'équipe A compte le nombre de tours réalisés pendant le relais complet de l'équipe B.

Les équipes changent de place et l'équipe B compte le nombre de tours réalisés en passe pendant que l'équipe A fait le relais complet en dribblant autour du cercle.

L'équipe victorieuse est celle qui compte le + grand nombre de tours réalisés en passes pendant le relais.

Organisation :

-Placer la première rangée en cercle derrière les repères au sol et constituer la 2^{ème} équipe derrière la ligne de départ.

-Faire réaliser un essai.

-Donner le signal de départ

-Changer les équipes