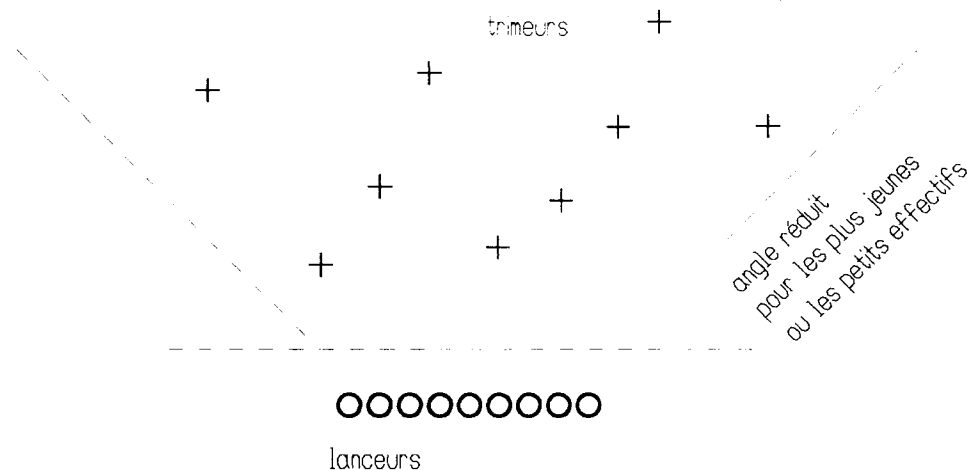


LANCE ET TOURNE VITE

- But du jeu :** Pour les lanceurs, marquer le plus de points possible en tournant autour de leur équipe.
Pour les trimeurs, se passer correctement le ballon le plus vite possible.
- Effectif :** Deux équipes de 7 à 12 joueurs.
- Structure :** Duel dissymétrique entre 2 équipes.
- Matériel :** Un ballon (rond ou ovale).



Mise en place :

Les joueurs forment deux équipes : les lanceurs et les trimeurs.

Les lanceurs se placent côte à côte en se donnant le bras. Ils forment ainsi une ligne devant laquelle se trouve la surface de jeu.

Les trimeurs se répartissent sur cette surface de jeu.

Règles et déroulement :

Le premier lanceur prend le ballon et demande aux trimeurs :

"Prêts ?". Quand ceux-ci répondent : "Oui", il lance le ballon sur la surface de jeu à l'endroit de son choix. Dès qu'il a lancé le ballon, il court autour de ses équipiers alignés en comptant à haute voix les demi-tours effectués, c'est à dire les passages en bout de ligne : chaque passage donne un point.

Pendant ce temps, le trimeur le mieux placé récupère le ballon. Il s'immobilise et le tient à deux mains au-dessus de sa tête tandis que ses coéquipiers viennent se placer en file indienne derrière lui. Au fur et à mesure de leur alignement, les trimeurs se passent le ballon de mains en mains au-dessus de leurs têtes vers l'arrière. Si le ballon tombe au sol pendant le passage au-dessus des têtes, il doit être vite ramené au premier trimeur et toute l'équipe recommence un passage correct. Dès que le dernier trimeur reçoit le ballon, il crie fort "STOP". Ce cri est le signal pour que le lanceur s'arrête de courir ; il a marqué un certain nombre de points ; il passe à l'autre extrémité de son équipe.

Remarques :

□ *Ce jeu est actif pour les trimeurs, relativement calme pour les lanceurs; il permet une bonne approche du jeu de thèque.*

□ *Le type de lancer peut varier : à la main, au pied, avec une raquette ou une batte. (Dans ce dernier cas, il est souhaitable de laisser plusieurs essais au joueur ne maîtrisant pas bien cette technique.*

● Pour les trimeurs, on peut rajouter les règles suivantes lorsqu'on rejoue ce jeu (l'une ou l'autre ou les deux) :

- attendre que toute la file soit constituée pour commencer à se passer le ballon vers l'arrière.
- quand le ballon arrive au dernier , tous les trimeurs écartent les jambes. Il s'agit alors de ramener le ballon en le faisant rouler entre les jambes écartées jusqu'au premier trimeur qui crie alors : "Stop".

Ceci a pour conséquence de permettre aux lanceurs de tourner plus longtemps et donc de marquer plus de points.

● Pour les plus jeunes :

- ne pas dépasser 7 ou 8 joueurs par équipe.
- prévoir un arbitre pour compter les points et vérifier le passage correct du ballon.
- réduire l'angle de lancer (ceci est de toute façon nécessaire pour les petits effectifs).
- éventuellement pour les trimeurs, ne pas se passer le ballon mais venir le poser à un endroit précis et crier : "Stop".

Le principe de ce jeu est semblable à celui du "Ballon diabolique" qui est beaucoup plus intense.