

## OLYMPIADES

Les olympiades sont un concours et donnent lieu à un classement par points.  
Nous vous proposons ci-dessous un panel d'épreuves.

Suivant le nombre d'ados dans la session, le nombre d'ados par équipe va varier afin de garder un nombre d'équipes gérables.

Afin de bâtir sur la dynamique des équipages, on peut faire en sorte qu'une équipe pour les olympiades soit composée d'un ou deux équipages.

Pour les courses de relais, on ne peut pas faire passer tous les ados d'une équipe. Donc, avant chaque épreuve les ados doivent choisir ceux qui passeront. Sachant que pour chaque relais, Les équipages devront choisir des personnes différentes. Une même personne ne peut faire deux relais.

## 1-La course en sac

Objectifs du jeu : Se déplacer le plus vite possible. Protéger ses coéquipiers. Se dépenser.

Matériel : 4 sacs et 20 plots pour délimiter la ligne de départ et d'arrivée.

Combien de joueurs : de 2 à 4 équipes. Pour les équipes les plus importantes, prendre 3 joueurs par équipes.

Déroulement et règles du jeu.

On délimite une ligne de départ et une ligne d'arrivée, distantes de 50 à 80 mètres. Le terrain peut présenter des obstacles à franchir.

Les joueurs sont placés derrière la ligne de départ. Ils se glissent chacun dans un sac qu'ils tiennent avec les deux mains.

Au top départ, ils doivent rejoindre la plus rapidement possible la ligne d'arrivée, sans sortir du sac.

Pour le passage de relai, on a 3 choix :

- \* soit chacun fait un aller-retour.
- \* soit l'équipier fait l'aller et cours donner le sac au niveau du départ
- \* soit l'équipier est changé après chaque aller au niveau du départ ou de l'arrivée.

L'équipe gagnante est la première dont tous les membres ont franchi la ligne d'arrivée.

Un joueur qui a franchi la ligne d'arrivée n'a plus le droit de rentrer sur le terrain.

Un joueur qui « sort », volontairement ou non, de son sac, doit repartir de la ligne de départ.

Conseils.

Il n'est nullement interdit de gêner un adversaire. Mais il est strictement interdit de lâcher son sac d'une ou des deux mains. Les contacts, si contacts il y a, se font donc au corps à corps, sans les mains. L'objectif étant que tous les membres de l'équipe franchissent la ligne d'arrivée.

Les membres de l'équipe peuvent être sur le terrain pour encourager leur équipier.

Points

1<sup>er</sup> : 5 points, 2<sup>ème</sup> : 3 points, 3<sup>ème</sup> 2 points, 4<sup>ème</sup> : 1 point.

## 2-La course des aveugles

Objectifs du jeu : Guider un coéquipier. Faire confiance. Être rapide.

Matériel : Jusqu'à 12 foulards et des 30 plots pour dessiner le parcours d'obstacles. Ne pas hésiter à se servir de la topographie du terrain. Ex les arbres pour tourner autour ou des marches à monter, chaises ou banc pour passer dessus ou dessous.

Combien de joueurs : 2 à 4 équipes. 3 aveugles et 3 guides par équipes.

Déroulement et règles du jeu.

Une aire de jeu est définie, sur laquelle un parcours est balisé. Il comporte des obstacles et des « portes » obligatoires, une ligne de départ et une arrivée. Le parcours est marqué par les plots. Chaque équipe constitue des paires de joueurs : l'un sera l'aveugle, et l'autre son guide.

Les « aveugles » ont un bandeau sur les yeux qu'il leur est strictement interdit d'enlever. Ils sont placés derrière la ligne de départ. Au top départ, ils doivent rejoindre la ligne d'arrivée en empruntant le parcours délimité. Chaque aveugle est guidé, à la voix uniquement, par son guide.

Les guides n'ont pas le droit de pénétrer sur l'aire de jeu. Ils doivent guider les aveugles à distance, à la voix.

Un aveugle qui rate une porte doit revenir en arrière pour le repasser.

Pour corser le jeu, vous pouvez faire partir un premier aveugle, puis au bout d'une minute faire partir un 2<sup>ème</sup> aveugle avec son guide, puis au bout d'une minute un 3<sup>ème</sup> aveugle avec son guide

L'équipe gagnante est celle dont le dernier aveugle a franchi la ligne d'arrivée en premier.

Points

1<sup>er</sup> : 5 points, 2<sup>ème</sup> : 3 points, 3<sup>ème</sup> 2 points, 4<sup>ème</sup> : 1 point

### 3-La course dos à dos

Objectifs du jeu : Progresser à 2. S'équilibrer. Être rapide.

Matériel : Jusqu'à 16 foulards et 20 plots pour délimiter la ligne de départ et d'arrivée.

Combien de joueurs : 2 à 4 équipes. Les équipes forment deux binômes par équipes.

Déroulement et règles du jeu.

L'aire de jeu est plane. Elle est délimitée par une ligne de départ et une ligne d'arrivée, distantes de 50 à 100 mètres.

Les joueurs de chaque équipe forment des paires. Chaque paire se place derrière la ligne de départ, les joueurs étant positionnés dos contre dos et accrochés par les bras. Au signal de départ, ils doivent rejoindre la ligne d'arrivée le plus rapidement possible, sans jamais rompre les liens qui les unissent.

Si une paire est rompue, elle est éliminée.

Quand le premier binôme a franchi la ligne d'arrivée le 2<sup>ème</sup> binôme se lance.

L'équipe gagnante est celle dont le 2<sup>ème</sup> binôme franchi la ligne d'arrivée en premier.

Conseil.

Veiller à ce que les paires soient composées de joueurs d'un gabarit équivalent pour éviter les chutes.

Points

1<sup>er</sup> : 5 points, 2<sup>ème</sup> : 3 points, 3<sup>ème</sup> 2 points, 4<sup>ème</sup> : 1 point.

## 4-Tir à la corde

Objectifs du jeu : Esprit d'équipe et mise en commun des forces de chacun.

Matériel : Une longue corde et des plots pour la limite à dépasser. et 4 plots pour tracer la ligne de partage.

Combien de joueurs : toute l'équipe si la taille de la corde le permet. 2 équipes maximum.  
Le terrain peut être étroit mais il doit être long.

Déroulement et règles du jeu.

Le but du tir à la corde est simple. Chaque équipe tire d'un côté d'une même corde. Le but est de tirer le plus possible la corde de son côté. La fin du jeu arrive quand une des équipes a suffisamment tiré de son côté pour dépasser une marque ou alors par ce que l'équipe adverse se laisse emporter dans l'élan.

La partie se fera en trois manches. L'équipe gagnante est celle qui remporte 2 manches.

Points

1<sup>er</sup> : 3 points, 2<sup>ème</sup> : 1 point.

## 5-La transmission d'une bassine pleine d'eau

Objectifs du jeu : Esprit d'équipe, coordination des joueurs.

Matériel : Jusqu'à 4 bassines et jusqu'à 40 foulards

Combien de joueurs : toute l'équipe, jusqu'à 4 équipes en même temps.

Déroulement et règles du jeu.

Chaque équipe s'assied en file indienne. On donne une bassine remplie d'eau presque à ras bord au premier de l'équipe.

Le jeu est de faire passer la bassine d'eau par-dessus la tête jusqu'au dernier de l'équipe, le plus vite possible et en renversant le moins d'eau possible.

Si l'ambiance est bonne, vous pouvez le faire en bandant les yeux à un joueur sur deux, ou faire passer la bassine avec les pieds (il faut mettre un peu moins d'eau).

Points

1<sup>er</sup> : 5 points, 2<sup>ème</sup> : 3 points, 3<sup>ème</sup> 2 points, 4<sup>ème</sup> : 1 point.

## 6-La course enchaînée

Objectifs du jeu : Esprit d'équipe, coordination des joueurs.

Matériel : Jusqu'à 80 foulards et 20 plots pour délimiter la ligne de départ et d'arrivée.

Combien de joueurs : toute l'équipe, jusqu'à 4 équipes en même temps.

Déroulement et règles du jeu.

Tous les membres de l'équipe sont attachés par le pied.

Le terrain dispose d'une ligne de départ et d'une ligne d'arrivée. La première équipe enchaînée qui franchit la ligne d'arrivée a gagnée.

Si le lien est rompu l'équipe est éliminée.

Points

1<sup>er</sup> : 5 points, 2<sup>ème</sup> : 3 points, 3<sup>ème</sup> 2 points, 4<sup>ème</sup> : 1 point.

## 7- Le jeu du pingouin

Objectifs du jeu : Progresser en équipe, faire preuve d'équilibre et de coopération.

Matériel : 2 bâches, de l'eau et un peu de savon

Combien de joueurs : toute l'équipe, 2 équipes en même temps.

Déroulement et règles du jeu.

La bâche représente la banquise. Tout le monde se tient sur la bâche. Avec le réchauffement de la planète, la banquise se réduit, il faut malgré tout tenir dessus !

Le meneur du jeu réduit la bâche au fil du jeu, tous les joueurs doivent se contorsionner, inventer des stratégies pour que personne ne soit à l'eau.

On a pris soin avant de commencer de mouiller et savonner un peu la banquise.

Variante.

Les deux équipes sont sur la bâche savonnée, et le but est de pousser hors de la bâche les membres de l'équipe adverse.

Points

1<sup>er</sup> : 3 points, 2<sup>ème</sup> : 1 point.

## 8- Le relais ballon

Objectifs du jeu : Progresser en équipe, faire preuve de coopération.

Matériel : Jusqu'à 4 ballons et 20 plots pour délimiter la ligne de départ et d'arrivée.

Combien de joueurs : 2 à 4 équipes

Déroulement et règles du jeu.

Plusieurs équipes se placent en file indienne (on peut espacer les joueurs), une à côté de l'autre. Une ligne de départ est tracée, ainsi qu'une ligne d'arrivée. Au signal, la dernière personne de la file prend un ballon et le lance à la personne devant elle et ainsi de suite. Le dernier lorsqu'il a donné le ballon doit aller se placer au début de la file de façon à continuer la chaîne jusqu'à la ligne d'arrivée. La première équipe à franchir la ligne d'arrivée gagne.

Points

1<sup>er</sup> : 5 points, 2<sup>ème</sup> : 3 points, 3<sup>ème</sup> : 2 points, 4<sup>ème</sup> : 1 point.

## 9- Balle au prisonnier (chronométrée)

Objectifs du jeu : Coopération dans l'équipe, adresse et rapidité

Matériel : 1 ballon, 40 plots pour délimiter le terrain

Combien de joueurs : 2 équipes

Déroulement et règles du jeu. : La partie est limitée dans le temps à 15 minutes

Chaque équipe se place sur un terrain. Un joueur de chaque équipe se place dans les prisons de l'autre côté du terrain. Chaque équipe est ainsi prise entre l'autre équipe et les deux prisons

Les joueurs n'ont pas le droit de sortir de leur terrain, par contre, ils ont le droit de courir avec le ballon. Si un joueur rattrape la balle sans qu'elle ne touche par terre, il n'est pas « touché ». Si un joueur est « touché », il doit aller dans les prisons.

Dans les prisons les règles sont les mêmes, mais les joueurs des en prison ne peuvent pas être touchés.

Si un joueur se trouvant dans la prison touche un joueur de l'équipe adverse, il peut revenir dans son terrain (on ne peut le toucher lorsqu'il est en train de revenir dans son terrain). Les passes entre les terrains et les prisonniers sont indispensable pour pouvoir espérer gagner le jeu. Il est interdit de prendre une balle se trouvant sur le terrain adverse, même si en tendant les bras il est possible de la saisir. L'équipe gagnante est celle qui arrive à placer le plus joueurs de l'autre équipe en prison, dans les 15 minutes données.

P	E	E	P
R	Q	Q	R
I	U	U	I
S	I	I	S
O	P	P	O
N	E	E	N
Equipe 2	1	2	Equipe 1

Points

1<sup>er</sup> : 3 points, 2<sup>ème</sup> : 1 point



## Jeux supplémentaires pour les 12-14 ans (marche aussi aux 15-17)

### 10- Cavaliez chargez !

Objectifs du jeu : Rapidité et coopération entre deux joueurs.

Matériel : Jusqu'à 19 foulards

Combien de joueurs : de 8 à 20 joueurs. Il faut un nombre pair car il y a un cavalier et un cheval.

Déroulement et règles du jeu. :

Les joueurs se mettent par deux : un cheval et un cavalier.

Les montures se placent en cercle, pieds contre pieds, les jambes écartées (comme pour le jeu de la tomate ) de telles sortes qu'une personne puisse facilement passer en dessous.

Le meneur dispose au centre du cercle autant de foulards que de cavaliers moins un.

Les cavaliers montent sur le dos de leur cheval et au signal du meneur « Cavalier, chargez ! », les cavaliers descendent tous de leur monture, fond le tour du cercle, passent sous les jambes de leur cheval et doivent attraper un des foulards disposés au centre avant de remonter sur le dos de leur cheval en repassant sous ses jambes.

La difficulté vient du fait qu'à chaque tour le meneur de jeu retire un foulard du centre du cercle. Une personne n'en aura pas si elle arrive trop tard (comme dans la chaise musicale) et sera éliminée avec son partenaire.

Il est conseillé de faire au moins deux parties pour échanger les rôles.

Points

1<sup>er</sup> : 5 points, 2<sup>ème</sup> : 3 points, 3<sup>ème</sup> 2 points, 4<sup>ème</sup> : 1 point.

## Jeux supplémentaires pour les 12-14 ans

### 11- Le relais brouette

Objectifs du jeu : Rapidité et coopération entre deux joueurs.

Matériel : 20 plots pour délimiter la ligne d'arrivée et de départ.

Combien de joueurs : jusqu'à 4 équipes. Dans chaque équipe on choisit 3 ou 4 personnes. Il y a un jardinier et les autres sont les brouettes à rapporter.

Déroulement et règles du jeu. :

Le jardinier doit rapporter ses brouettes une par une.

Il se passe derrière la ligne de départ, la première personne place les mains au sol et le jardinier prend ses chevilles et ils doivent avancer jusqu'à la ligne d'arrivée. Ensuite le jardinier doit repartir en courant chercher l'autre brouette.

On peut faire aller jusqu'à 3 brouettes mais pas plus.

Points

1<sup>er</sup> : 5 points, 2<sup>ème</sup> : 3 points, 3<sup>ème</sup> 2 points, 4<sup>ème</sup> : 1 point.