

# LES RELAIS

Les exercices de relais constituent un merveilleux outil au service du développement psychomoteur de l'enfant de 6 à 8 ans. Ils contribuent à l'amélioration de la coordination générale et permettent la découverte des possibilités de l'outil "PIED". La variété des relais existants, les aspects ludiques et dynamiques qui les caractérisent sont autant d'arguments pour les enfants et leurs éducateurs dans la recherche d'une pratique adaptée.

## RELAIS N° 1

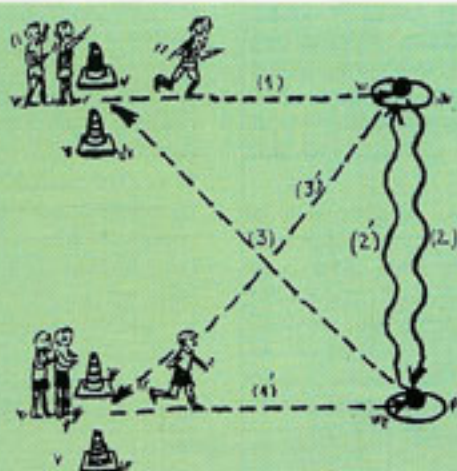
### DÉROULEMENT DU JEU

Les deux premiers joueurs (un de chaque équipe) partent sans ballon en direction du cerceau qui se situe devant eux. Ils s'emparent du ballon et le conduisent dans l'autre cerceau avant de revenir taper dans la main d'un partenaire qui changera le ballon à nouveau de cerceau.

1) Penser à DÉMONSTRER puis faire découvrir le relais plusieurs fois (4 à 5 minutes) en donnant 2 ballons à chaque équipe (passages fréquents - ne pas attendre qu'un joueur termine pour faire partir le suivant). L'activité des enfants doit être importante dans cette période de découverte.

2) Effectuer une compétition entre les deux équipes (un seul ballon par équipe - règles définies plus haut) - ANIMER et COMPTER les points.

Proposer plusieurs manches en fonction du temps disponible.



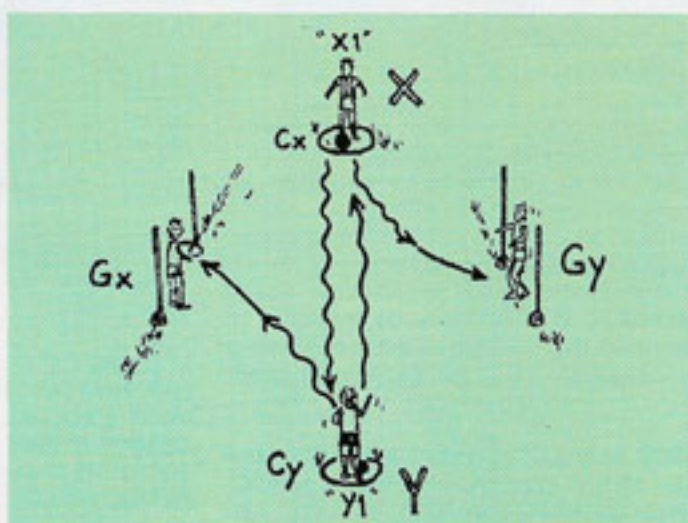
## RELAIS N° 2

### DÉROULEMENT DU JEU

2 équipes X et Y - 1 joueur X contre 1 joueur Y.  
A l'appel de l'un ou de l'autre mot de passe (2 mots choisis au départ), soit Y1 prend le ballon dans le cerceau CY et va marquer dans le but défendu par GX pendant que X1 prend le ballon dans le cerceau CX et va marquer dans le but défendu par GY... soit Y1 va immobiliser au pied son ballon dans le cerceau CX pendant que X1 va immobiliser le sien dans le cerceau CY.

1) Penser à DÉMONSTRER puis faire découvrir le relais plusieurs fois.

2) Effectuer une compétition entre les deux équipes. ANIMER et COMPTER les points.



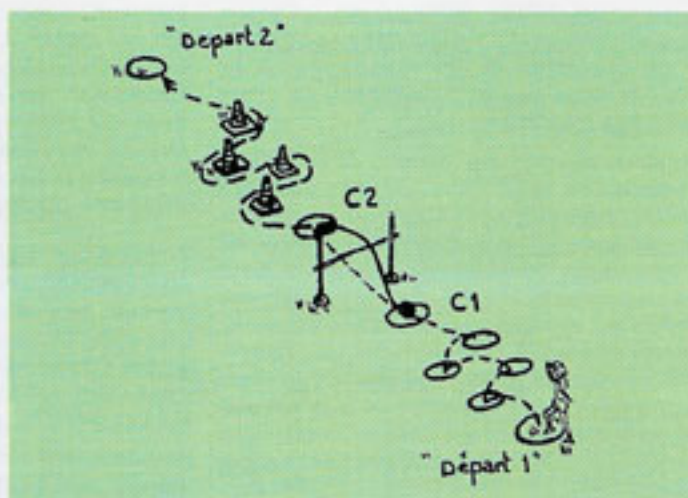
## RELAIS N° 3

### DÉROULEMENT DU JEU

Le joueur part du "départ 1", marque les appuis dans les cerceaux (pied gauche, pied droit, pied gauche, pied droit), prend le ballon dans le cerceau C1, le garde dans les mains, puis court vers la haie, envoie le ballon par dessus, passe dessous, le récupère à la main et le pose dans le cerceau C2. Il va ensuite contourner les plots et taper dans la main de son camarade dans le cerceau "départ 2".

1) Penser à DÉMONSTRER puis faire découvrir le relais plusieurs fois.

2) Effectuer une compétition. ANIMER et COMPTER les points.



### CONSIGNES :

- Pas de classement...
- Pas de langage technique...
- Rester simple. Peu de mots, l'enfant n'écoute pas...
- Il regarde, donc démontrer...
- On accueille des enfants, pas des athlètes, ni des adultes...