

# JEU 9

## Saturne 10 passes

**13+**  
ANS

**Nombre** 1 groupe

**Durée** 20 minutes

**Lieu** Intérieur et extérieur

**Intensité** Modérée à élevée

**Matériel** 1 anneau de caoutchouc, 4 cônes, dossards

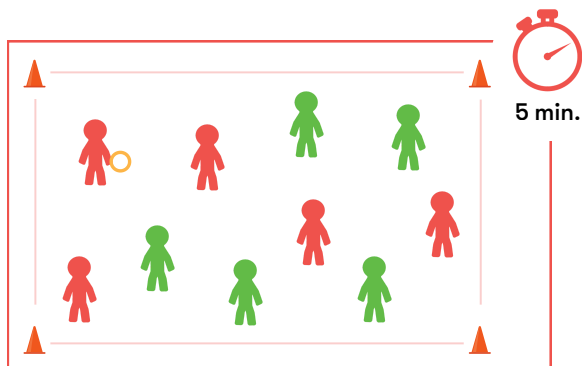
### But du jeu

Réussir 10 passes consécutives avec son équipe sans laisser tomber l'anneau de Saturne (anneau de caoutchouc) ni se le faire intercepter.

### Description et organisation du jeu

- 1** Forme 2 équipes : les Astronautes et les Aliens. Distribue des dossards à une équipe.
- 2** Délimite le terrain avec les cônes et répartis les jeunes dans l'espace de jeu.
- 3** Fais roche-papier-ciseaux pour décider quelle équipe commence avec l'anneau.
- 4** À ton signal, l'équipe fait 10 passes consécutives pour marquer 1 point.
  - Si l'anneau tombe au sol, la première équipe qui pose son pied dessus le récupère et reprend le jeu.
  - Si l'anneau est intercepté ou sort des limites, donne-le à l'autre équipe.

- 5 Après chaque point, donne l'anneau à l'équipe adverse pour relancer le jeu.
- 6 La partie dure 5 minutes. Recommence une nouvelle partie en y ajoutant des variantes.



## ASTUCES

- S'il y a plus que 5 jeunes par équipe, crée un deuxième terrain de jeu. Favorise de petites équipes pour éviter que certaines personnes se désintéressent ou s'effacent du jeu.

## VARIANTES

- Ajouter un mouvement spécial : si un ou une Alien attrape à une main, les Astronautes doivent par exemple jouer sur un pied pendant 5 secondes.
- Ajouter une cible à atteindre après la dixième passe pour marquer un point (p. ex. sur une feuille collée au mur, dans un bac ou cylindre, dans un panier de basket).
- Remplacer l'anneau par un frisbee, un ballon ou un sac de sable selon le niveau des jeunes.