



Sport de camp/Trekking

Exemple SC Polyade – Sport des jeunes

5.2 SC Polyade

Nom du groupe	Groupe Untel	
Lieu, date, heure	Terrain de sport en bordure de forêt, mercredi 21 juillet 2013, 13h30-15h30	
Groupe(s) cible(s) et nombre de participants	24 jeunes, 10-14 ans	
Responsable du bloc	Martina Untel	
Annexes	<input type="checkbox"/> Planification de l'itinéraire <input type="checkbox"/> Extrait de carte <input type="checkbox"/> Calcul du temps	
Heure	Programme	Matériel
14h00 15'	<p>Entrée en matière</p> <p>Pendant la semaine, les participants ont fabriqué les engins et préparé les terrains destinés aux différentes activités sportives; ils ont aussi entraîné spécifiquement les disciplines. Il s'agit maintenant de lancer la polyade et de marquer le plus grand nombre de points possible. Les jeunes accomplissent les diverses disciplines avec différentes équipes et obtiennent, à chaque fois, des points personnels qu'ils reportent sur leur fiche. Un grand jeu est organisé pour renforcer l'esprit d'équipe.</p> <p>Les participants forment un cercle et se tiennent par la main; ils jouent pour s'échauffer à «Viens avec moi, pars»: deux participants courent autour du cercle; l'un s'arrête et prend deux participants par la main en leur disant soit «Venez avec moi» (courez dans le même sens), soit «Partez» (courez en sens inverse). Les deux participants se mettent alors à leur tour à courir pour revenir le plus vite possible à leur place. Si les deux autres participants arrivent avant eux, ils continuent de courir à la recherche de deux nouveaux «cobayes» pour une course-poursuite.</p> <p>Le programme de la polyade est ensuite expliqué et des groupes de trois sont tirés au sort pour le premier poste.</p>	Fiches, points par poste: 0: perdu 1: égalité 2: gagné ou classement 0-3
14h15 30'	<p>Partie principale</p> <p>Compétition à trois: Les participants s'affrontent par groupe de trois (tirés au sort) à quatre postes différents.</p> <p>5' par poste, 2' pour changer</p> <ul style="list-style-type: none">• Poste n° 1: Tir à l'arc Qui atteint le mieux la cible en une minute?• Poste n° 2: Course aux sacs Qui est le/la plus rapide?• Poste n° 3: Basketball dans la forêt Qui réussit le plus de paniers en une minute?• Poste 4: Course d'obstacles Qui est le/la plus rapide?	Tirage des groupes Flèches fabriquées par les participants Sacs Balles, pots/paniers de basket dans la forêt Obstacles fabriqués par les participants
60'	<p>Compétition en groupe</p> <p>Les participants s'affrontent cette fois-ci par groupe de quatre (avec 1 joueur de chaque trio précédent dans chaque nouveau groupe) à trois postes différents. Vu qu'il s'agit pour chaque participant de marquer le plus grand nombre de points possible, il importe de mélanger les groupes.</p> <p>15' par poste, 5' pour changer</p> <ul style="list-style-type: none">• Poste n° 1: Unihockey (s'il n'y a pas de cannes de unihockey, possibilité de jouer à la balle brûlée/au baseball, si le jeu a déjà été introduit au camp)• Poste n° 2: Handball• Poste n° 3: Football siamois	Tirage au sort des groupes après chaque jeu Cannes de unihockey fabriquées par les participants, balles de tennis, buts ou marquages bricolés par les participants, ballons, bouts de tissu pour attacher les jambes

Heure	Programme	Matériel
15h45 15'	<p>Retour au calme Remise des prix</p> <p>Tous ensemble: Toile d'araignée Les participants forment un cercle et se lancent une corde de manière à tisser une sorte de toile d'araignée. Dès que la toile est assez solide, un jeune peut s'allonger dessus.</p>	Prix Corde
16h00	Fin du bloc	
Sécurité	<p>Concept de sécurité <input type="checkbox"/> oui <input checked="" type="checkbox"/> non</p> <p>Mesure de sécurité: Avoir une pharmacie à portée de main.</p>	
Variante en cas de mauvais temps	La polyade est également possible en cas de mauvais temps. Selon la météo, les jeunes doivent porter des vêtements imperméables, un chapeau ou une casquette (sans oublier la crème solaire). L'activité peut également être remplacée par une autre.	

Remarque: Les activités types décrites ci-dessus sont volontairement planifiées de manière très exhaustive. Tous les jeux sont très détaillés afin d'en comprendre les principes. Plus les moniteurs sont expérimentés, plus les explications seront sommaires.