

Puck libre

Forme caractéristique: Disputer les duels avec habileté et fair-play

ÉLÉMENT CLÉ / ACCENT

Puck libre

GROUPE CIBLE ET PHASE

U9 (Phase F1/F2)

Cadre pédagogique et objectifs

Description de l'objectif

Les enfants apprennent à garder la tête, respectivement le regard, relevé (Head-up) lors du jeu près de la bande et dans les duels.

Teachingpoints

- Le regard est toujours dirigé vers l'avant.
- L'environnement est scanné en permanence.

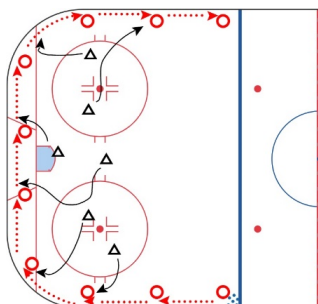
Questions de développement

- Comment te comportes-tu pendant un duel près de la bande ?
- Pourquoi est-il important, pendant un duel, de savoir ce qui se passe autour de toi ?

INTRODUCTION (8 MIN)

Tapis roulant de colis

Forme d'introduction



Forme de base

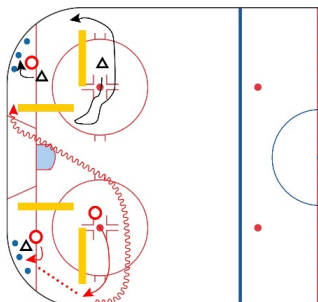
Une équipe achemine, debout et dos au jeu, des colis (20 pucks) de A à B. Chaque colis doit d'abord être touché par l'enfant le plus proche avant de pouvoir être transmis. Un certain nombre d'enfants sont des voleurs de colis et peuvent dérober les colis tant qu'ils se trouvent sur le tapis roulant, puis les amener dans un but (bureau de poste).

Plus facile

Engager moins de voleurs de colis et réduire la distance avec les porteurs de colis.

Plus difficile

Engager plus de voleurs de colis, mettre davantage de colis en circulation en même temps et chronométrer le jeu.

Bunker à diamants
Jeu final

Forme de base

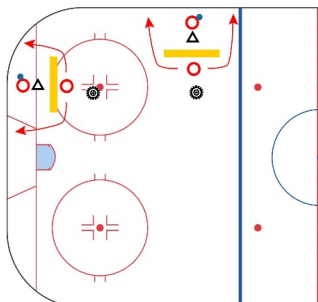
Deux équipes s'affrontent. Les pucks sont répartis équitablement entre les équipes. L'objectif est de protéger ses propres diamants et de voler les diamants de l'équipe adverse. Les enfants reçoivent des rôles fixes : protecteur/protectrice (protège les diamants de sa propre équipe), voleur/voleuse (essaie de voler les diamants adverses) et transporteur/transporteuse (reprend le butin du voleur ou de la voleuse et le transporte vers son propre bunker). L'équipe qui possède le plus de pucks à la fin du temps imparti, ou qui atteint en premier le nombre de pucks prédéfini, remporte la partie.

Plus facile

Engager plus de voleurs et/ou de transporteurs ; les rôles peuvent être librement échangés pendant une manche.

Plus difficile

Engager plus de protecteurs et protectrices ; les pucks ne peuvent être protégés qu'avec la palette de la canne ou entre les patins.

PARTIE PRINCIPALE (4 POSTES, 40 MIN)
Get it from the Wall
Poste 1

Forme de base

Un enfant avec le puck essaie de le garder et de le protéger dans un espace très restreint, près de la bande. Un autre enfant se tient derrière la rangée de Toblerone et indique, avec la palette de sa canne, la direction dans laquelle l'enfant en possession du puck doit se déplacer. Lorsque l'enfant en possession du puck atteint l'extrémité de la rangée de Toblerone, il/elle marque un point. Combien de points peuvent être récoltés ? Un troisième enfant, sans puck, essaie de s'emparer du puck. S'il/elle y parvient, le puck doit être déposé dans un pneu.

Plus facile

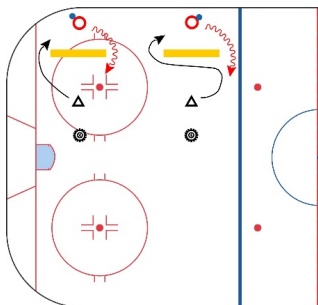
N'indiquer qu'une seule direction à la fois.

Plus difficile

Le puck ne peut être protégé qu'avec la palette de la canne ou entre les patins, plusieurs changements de direction sont indiqués, et l'enfant en possession du puck fait une passe à la fin à l'enfant qui indique la direction.

Rétroviseur

Poste 2



Forme de base

Les enfants poursuivis se tiennent devant la bande, dos aux poursuivants et poursuivantes. Ceux-ci/celles-ci décident eux-mêmes/elles-mêmes du moment où la poursuite commence. Les enfants poursuivis ne peuvent reconnaître, qu'à l'aide d'un regard par-dessus l'épaule, de quel côté les poursuivants/poursuivantes lancent leur attaque. Dès que le côté est identifié, les enfants poursuivis peuvent réagir et amener le puck jusqu'à un pneu.

Plus facile

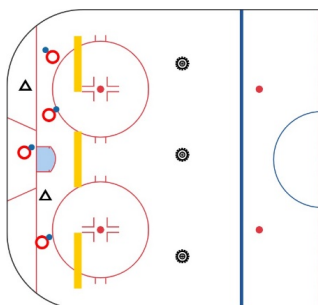
Les enfants poursuivis regardent les poursuivants/poursuivantes dès le début.

Plus difficile

Le puck ne peut être protégé qu'avec la palette de la canne ou entre les patins. Le départ se fait depuis le Toblerone : aller chercher le puck et le transporter jusqu'au pneu.

Jeu des chaises musicales

Poste 3



Forme de base

Il y a un pneu ou un plot de moins en jeu que de pucks disponibles. Un certain nombre d'enfants se déplacent avec un puck dans un espace restreint. Un autre groupe d'enfants (environ la moitié) se déplace sans puck et essaie de s'emparer d'un puck. Si le puck est volé à un enfant, celui-ci/celle-ci devient poursuivant/poursuivante. Après un certain temps, l'entraîneur-e donne un signal : tous les enfants qui sont alors en possession du puck essaient de le déposer sur un pneu libre. S'ils y parviennent, ils marquent un point.

Plus facile

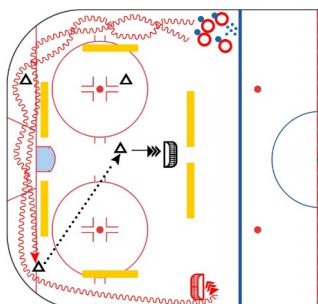
Moins de poursuivants/poursuivantes en jeu facilitent l'exercice.

Plus difficile

Engager plus de poursuivants/poursuivantes, mettre à disposition moins de pucks et/ou de pneus. L'entraîneur-e indique le pneu à approvisionner.

Grotte des voleurs

Poste 4



Forme de base

Les transporteurs d'or doivent conduire les pièces d'or (pucks) à travers une grotte. Dans la grotte, des voleurs et voleuses sévissent. Les voleurs/voleuses disposent de trous secrets à travers lesquels ils/elles peuvent transmettre (passer) l'or volé à leurs camarades. L'équipe qui a réussi à transporter ou à voler le plus de pièces d'or remporte la partie.

Plus facile

Moins il y a de voleurs/voleuses dans le tunnel, plus l'exercice est facile.

Plus difficile

Plus il y a de voleurs/voleuses dans le tunnel, plus l'exercice est difficile.

Cette planification d'entraînement est un projet. Tes retours sur le contenu, la faisabilité et la mise en page sont les bienvenus. Contacte directement Emanuel Frei : emanuel.frei@sihf.ch