

Contact corporel

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

ÉLÉMENT CLÉ / ACCENT

Contact corporel

GROUPE CIBLE ET PHASE

U9 (Phase F1)

Cadre pédagogique et objectifs

Description de l'objectif

Les enfants font preuve d'un esprit sportif sain et loyal : la poursuite et les duels sont autorisés, mais les coups de canne malveillants ou d'autres réactions liées aux émotions ne le sont pas.

Teachingpoints

- La canne est un instrument de jeu et non une arme.
- La canne reste toujours sur la glace.
- Sans un autre enfant, il n'y a pas de duel.

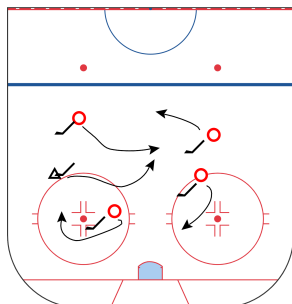
Questions de développement

- Comment te comportes-tu lorsque tu perds le puck ?
- À quoi ressemble un duel loyal ?
- Où se trouve ta canne pendant un duel ?
- Comment gères-tu la situation lorsque tu perds un jeu ou que tu es attrapé ?

INTRODUCTION (8 MIN)

Chat perché sorciers/sorcières

Forme d'introduction



Forme de base

Un enfant démarre comme sorcière avec la canne tenue à l'envers (balai), tous les autres enfants sont des magiciennes et magiciens tenant leur baguette magique normalement. La sorcière essaie de toucher les baguettes magiques au niveau de la palette. Les enfants touchés deviennent également des sorcières et retournent leur canne. Le but est de découvrir quel enfant reste le plus longtemps magicienne ou magicien.

Plus facile

Terrain plus petit ou tenir la canne normalement.

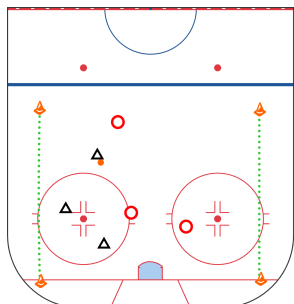
Plus difficile

Démarrer avec deux sorcières ou introduire un changement de rôle (l'enfant attrapé devient sorcière, la sorcière devient magicienne ou magicien).

RETOUR AU CALME (8 MIN)

Ballon de rugby

Jeu final



Forme de base

Jeu avec un ballon. Un point est marqué lorsqu'une équipe place le ballon dans la zone finale de l'équipe adverse. Le duel pour le ballon ne peut se disputer qu'en 1:1 (pas de mêlée). Les règles concernant la manière de jouer et d'aborder le duel pour le ballon sont d'abord définies ensemble. Des signaux d'arrêt sont également convenus.

Plus facile

Agrandir la zone finale.

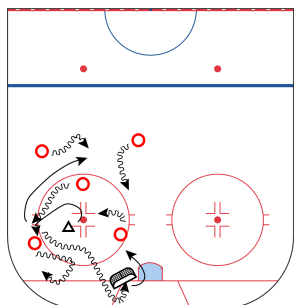
Plus difficile

Créer une situation de surnombre, p. ex. 3:2 ou 2:1.

PARTIE PRINCIPALE (4 POSTES, 40 MIN)

Le roi du puck

Poste 1



Forme de base

Tous les enfants, à l'exception de celui ou celle qui attrape, conduisent un puck à travers la zone. L'enfant qui attrape essaie de voler les pucks et de les amener au dépôt (but). Celui ou celle qui perd son puck devient également chasseur/chasseuse. Quel enfant reste-t-il à la fin ?

Plus facile

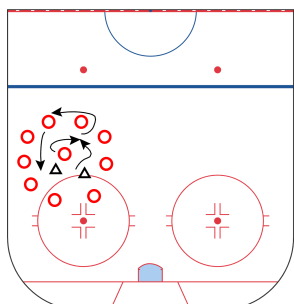
Mettre plusieurs enfants chasseurs/chasseuses au départ.

Plus difficile

Agrandir la zone. L'entraîneur-e passe de temps en temps un puck déposé à un enfant chasseur/chasseuse désigné.

Chat perché en surnombre : gendarmes contre voleurs

Poste 2



Forme de base

Les enfants forment un cercle. À l'intérieur du cercle se trouvent deux enfants gendarmes et un enfant voleur. Les gendarmes essaient d'attraper le voleur. Une fois le voleur attrapé, un nouvel enfant entre dans le cercle comme voleur (changement complet toutes les 30 secondes environ).

Plus facile

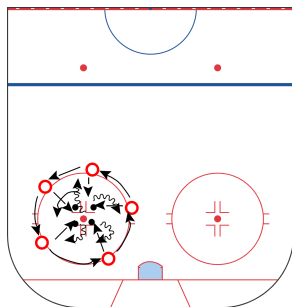
Jouer en 1:1.

Plus difficile

Réduire le cercle.

Attrape la souris

Poste 3



Forme de base

Il y a une souris (puck) de moins dans le cercle que d'enfants participant-e-s. Les enfants patinent autour du cercle. Au signal de l'entraîneur-e, ils/elles se saisissent d'une souris et patinent avec dans le cercle. Celui ou celle qui n'a pas réussi à s'emparer d'une souris essaie d'en conquérir une. Chaque séquence dure environ 30 secondes.

Plus facile

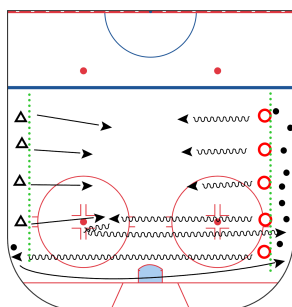
Étendre l'exercice à toute la surface de jeu après le signal.

Plus difficile

Moins de pucks, plus d'enfants chasseurs/chasseuses.

Le marché aux citrouilles

Poste 4



Forme de base

Les citrouilles (balles, cubes, etc.) sont amenées au marché par les enfants fermiers/fermières. Les enfants corbeaux essaient de voler les citrouilles et de les ramener à la ferme. Si un enfant corbeau touche une citrouille, l'enfant fermier/fermière doit retourner à la ferme avec la citrouille. Le temps est arrêté dès que toutes les citrouilles sont au marché.

Plus facile

Mettre moins d'enfants corbeaux.

Plus difficile

Mettre plusieurs enfants fermiers/fermières.

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