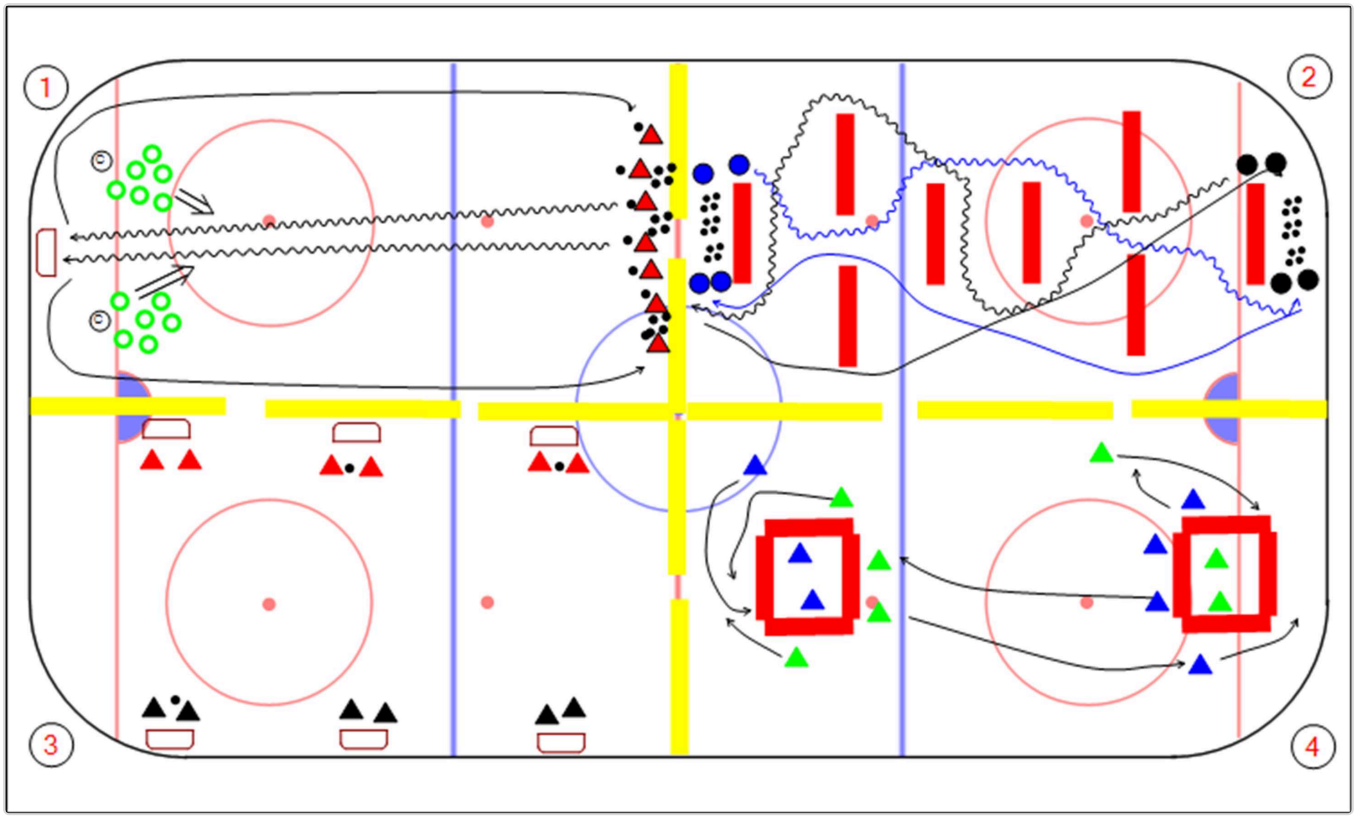
PLAN D'ENTRAÎNEMENT · HOCKEYSCHULE | PHASE F1

Star Wars

Entraînement par postes. Tous les postes se déroulent simultanément.

THÈME
Star Wars

GROUPE CIBLE ET PHASE
Hockeyschule (Phase F1)



POSTES (SIMULTANÉS)

Attaque du destroyer stellaire

Poste 1

Forme de base	Les chevaliers Jedi (enfants) essaient de détruire un destroyer stellaire (but). Pour ce faire, ils volent avec leurs X-Wings (puck) jusqu'au destroyer stellaire. Ils prennent le puck et essaient de le faire entrer dans le but adverse. Le puck doit être conduit. Les clones (entraîneures et entraîneurs) sont prêts avec leurs canons et tirent des anneaux pour toucher le puck des enfants. Qui est touché doit recommencer depuis le départ.

Guerre entre l'Empire et les Jedi

Poste 2

Forme de base	Guerre entre l'Empire et les chevaliers Jedi: deux équipes s'affrontent. Les deux équipes volent avec leurs vaisseaux à travers les planètes, prennent un puck, contournent les bâtons et déposent les bombes du côté adverse. Le jeu se déroule à durée limitée. Quelle équipe a le moins de pucks à la fin? Ou autrement dit: quelle équipe, l'Empire ou les chevaliers Jedi, a déposé le plus de bombes?

Défendre la planète

Poste 3

Forme de base	Le jeu se joue en 2 contre 2, afin que les enfants soient très actifs. Personne ne doit atterrir sur la planète (but). Dès que les autres enfants arrivent avec leurs vaisseaux (pucks), ils sont chassés.

Prison

Poste 4

Forme de base	Deux équipes s'affrontent. Dans chaque équipe, il y a des enfants qui chassent et des enfants qui sont chassés. Les prisons (carrés rouges) sont protégées par les Jedi, respectivement par les clones. Certains Jedi, respectivement certains clones, essaient d'attraper les autres clones, respectivement les autres Jedi. Qui est attrapé doit aller en prison. Les autres protègent la prison. Quelle équipe parvient à attraper le plus d'enfants de l'autre équipe et est la plus rapide à faire des prisonniers?

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