

Fiche : JEUX DE CROSSES – cycles 2 et 3
Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel.

Gestes barrière et éducation physique et sportive

La mise en œuvre des activités physiques ne doit pas nous faire oublier de :

- se laver les mains 30 secondes avant et après l'activité ;
- éternuer et tousser dans son coude ;
- ne pas cracher,
- respecter la distanciation entre élèves. Privilégier des **parcours sportifs individuels** permettant de conserver la distanciation physique. (2 m activité statique, 5 m marche rapide, 10 m course).
- Rappeler aux parents de vêtir les enfants avec des **tenues simples permettant la pratique sportive** pour limiter les contacts entre le personnel et les élèves.
- Eviter toutes les situations de face à face.
- **Privilégier des parcours sportifs individuels permettant de conserver la distanciation physique.**

TROUSSE Covid19 : Lingettes désinfectantes aux normes, gel, mouchoir en papier, masque adulte, poubelle

Objectifs

- *Apprendre les règles de distanciation*
- *Contrôler son engagement moteur et affectif pour réussir des actions simples ;*
- *Accepter la coopération.*
- *Coordonner des actions motrices simples.*
- *S'informer, prendre des*

Mise en œuvre lors d'une séance EPS

Organisation pour 10 à 15 élèves

Lieu : Privilégier un espace extérieur cour d'école, préau ...
En intérieur si la salle est assez grande

Préparation : Matérialiser l'espace de jeu
Matérialiser les zones d'attente au sol
Chaque élève a sa propre crosse
Le matériel posé au sol (zone d'attente, cône pour les circuits...) déposé par l'enseignant, ne devra en aucun cas être touché par les élèves.

Règles de sécurité : à rappeler avant chaque séance

Distanciation : chaque joueur doit être espacé d'une crosse
(c'est-à-dire , si un joueur tend sa crosse à l'horizontale, il ne doit toucher aucun autre joueur).

- **Dans toutes les situations les balles ou les palets ne peuvent pas être prises avec les mains.**
- Aucun contact n'est toléré.
- Les attentes lors des relais sont matérialisées par des plots distants de 5 mètres.
- Le matériel sera désinfecté après utilisation.

Consignes spécifiques à la manipulation d'une crosse (voir annexe) :

A chaque séance, rappeler les gestes à proscrire pour des raisons de sécurité :

- Reprendre la balle ou le palet de volée ,
- Jouer la crosse levée,
- Frapper la balle ou le palet au sol,
- Lever la balle ou le palet .

Ressources utilisées :

- Jeux de Hockey (43 situations pour les 6/12 ans)
 - A la découverte du hockey (FFH & USEP)
 - Académie de Nantes

ECHAUFFEMENT

SITUATION 1 : FEU VERT, FEU ROUGE

Le meneur de jeu possède 2 foulards : 1 vert, 1 rouge.

Il règle la circulation. A l'apparition du foulard vert, les élèves conduisent leur palet sur tout l'espace. Au foulard rouge, ils doivent s'arrêter. Le meneur de jeu ne doit pas hésiter à se déplacer et surtout à demander aux « automobilistes » de s'éloigner de lui.

Variantes :

- On peut donner à l'animateur un troisième foulard dont la couleur n'est liée à aucune consigne afin de ne pas systématiser les réactions.
- On peut utiliser des signaux sonores

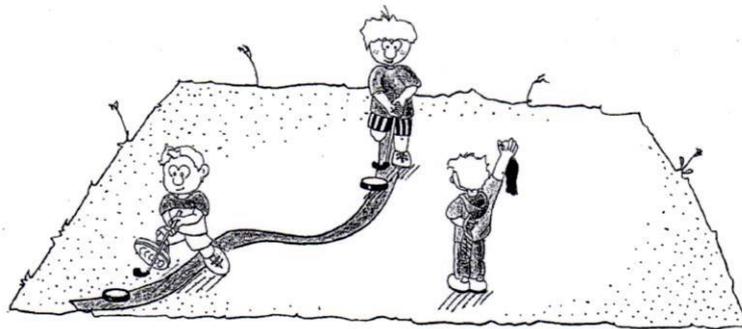


SITUATION 2 : LA TRACE

Par deux, chaque élève suit le premier comme son ombre, en marchant, en trottinant (respecter 5 m de distance). On inverse les rôles à chaque signal.

Variantes :

- On peut compliquer le jeu en regroupant les élèves par 5 ou 6. L'équipe progresse en file indienne en s'efforçant de maintenir sa cohésion.
- A chaque arrêt de jeu, le premier quitte son poste et va se placer en queue dans la colonne.



SITUATION 3 : 1,2,3, SOLEIL !

Le meneur de jeu se tient face au mur et tourne le dos aux joueurs. Il tape plusieurs fois sur le mur en criant « 1, 2, 3, soleil ! ». Pendant ce court moment, les élèves se rapprochent du mur. Au mot « soleil » le meneur se retourne rapidement, dénomme et renvoie sur la ligne de départ ceux qui ne sont pas parvenus à s'arrêter et/ou à stopper leur palet. Le premier à toucher le mur de sa crosse a gagné et remplace le meneur de jeu.



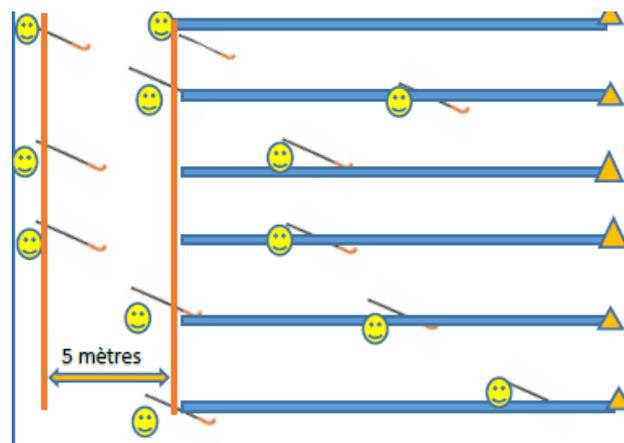
Objectif : manipuler et conduire sa balle avec les deux côtés de la crosse**SITUATION 1 : RELAIS**

Maîtriser sa balle/palet de gauche à droite en alternant coup droit/revers, de plus en plus vite

Faire rouler sa balle/palet vers la gauche et l'arrêter avec la crosse.

Alternier avec la même action vers la droite

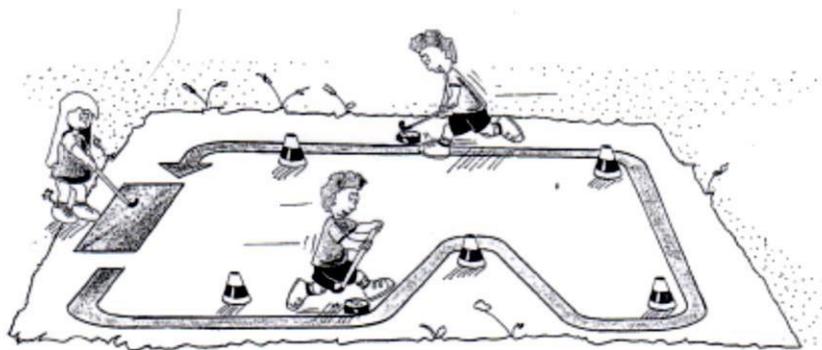
Mêmes actions en faisant rouler sa balle/palet collée à la crosse le long d'une ligne puis retour au départ en respectant les distances sanitaires.

**SITUATION 2 : CONDUITE A DROITE/GAUCHE**

Le joueur doit rapidement pousser son palet sur son côté droit/gauche en passant entre les plots. Il l'arrête dans le carré et va se placer derrière son équipe pendant que le joueur suivant s'élance à son tour.

Variantes :

- Le joueur fait passer le palet sous des petits ponts.
- Idem, mais il faut s'arrêter dans un cercle avant de le passer correctement au suivant.
- Idem, mais la récupération s'effectue en mouvement dans le carré par le joueur suivant.

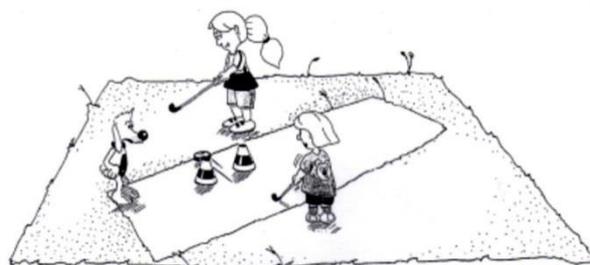
**SITUATION 3 : A TOI, A MOI**

Chaque joueur doit envoyer le palet à son camarade situé de l'autre côté d'une bande parallèle.

Totaliser le nombre de passes réalisées pendant un temps donné.

Variantes :

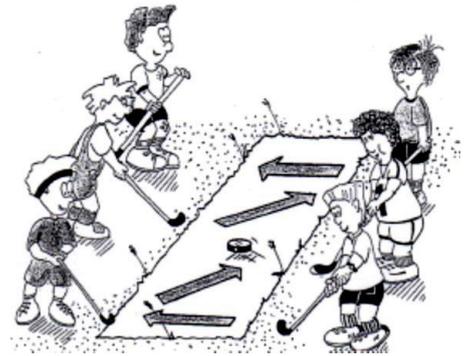
- Imposer le passage du palet entre deux plots
- Varier la distance entre les deux joueurs (>1m)



Attention : le palet doit toujours être bloqué avant d'être envoyé.

SITUATION 4 : LE VA ET VIENT

Les élèves se disposent derrière deux lignes parallèles, face à face et en quinconce. Chaque joueur envoie le palet au partenaire le plus proche de lui de l'autre côté de la ligne. Totaliser le nombre d'aller-retour réalisés durant un temps déterminé en début de jeu.

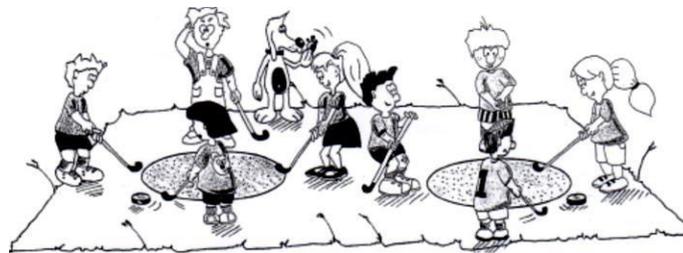


SITUATION 5 : LE PASSE VITE

Les élèves sont répartis (distance entre deux joueurs > 2m) en deux équipes de 4 – 5 joueurs disposés autour de deux cercles. Au signal donné par l'arbitre, les deux possesseurs de palets le passent à leur voisin qui agit de même. L'équipe victorieuse est la première qui boucle le nombre de tours fixés au départ.

Variantes :

- Possibilité de changer le sens de rotation tous les deux tours.
- Agrandir le cercle



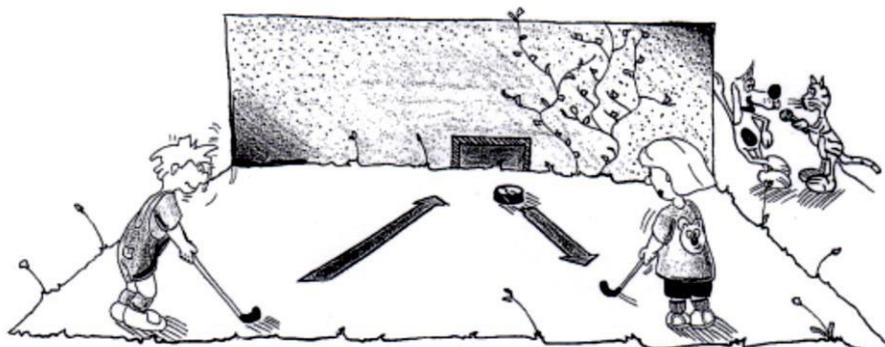
Objectif : faire progresser la balle vers la zone de but/vers le but

SITUATION 1 : LE FRONTON

L'élève doit envoyer le palet dans la cible pour effectuer la passe à son partenaire. Les placements sont libres.

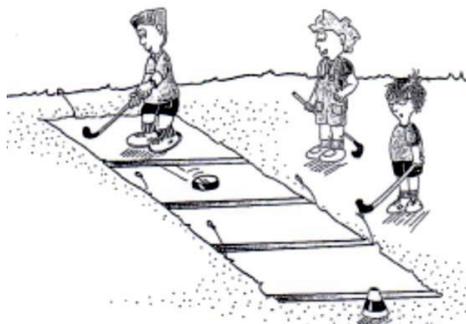
Variantes :

- Le palet doit toucher la cible sans faire tomber une quille placée devant.
- Les joueurs n'ont pas le droit de sortir de leur zone.
- En équipe : après avoir passé le palet, le premier joueur va se placer à la dernière place de son équipe, il est remplacé par le suivant (relais)



SITUATION 2 : LES TRAITIS

Chaque fois que le joueur réussit à toucher le cône, il recommence en reculant d'un trait. S'il échoue, il s'avance.



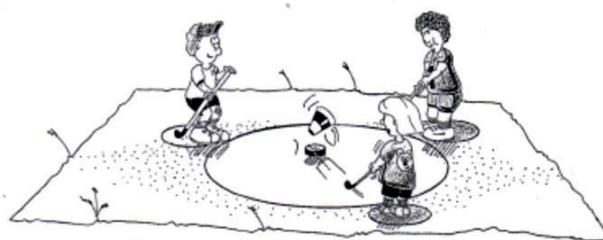
SITUATION 3 : LA TOUR

Un palet pour 4 ou 5 joueurs. Dès que l'on se trouve en possession du palet, on essaie de toucher le cône central sans quitter sa zone. Totaliser les scores individuels. On peut se faire des passes, mais il faut toujours bloquer le palet avant de le renvoyer. Prendre alors en compte le résultat global du groupe réalisé durant un temps donné.

Remarque : Contrairement au dessin, le but n'est pas de renverser le cône, mais de le toucher.

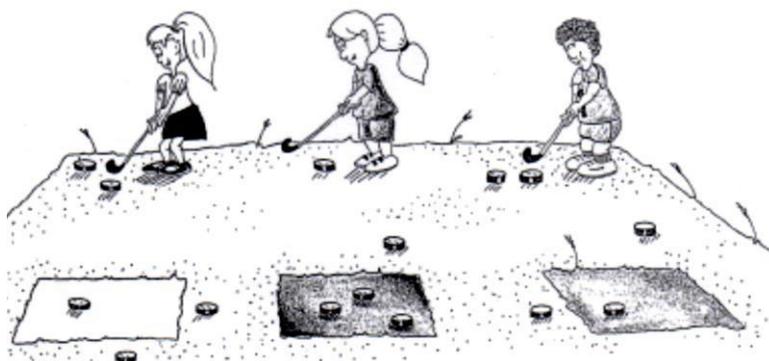
Variante :

- Augmenter la distance des joueurs au cône



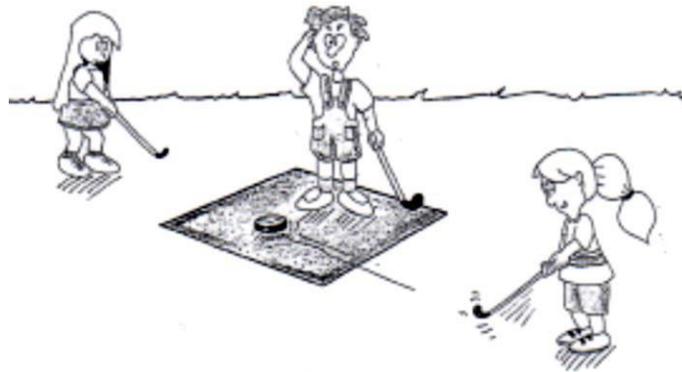
SITUATION 4 : LE GARAGE

Chaque joueur dispose d'une réserve de 5 palets. Il doit, sans sortir de la zone, les « pusher » dans son carré. Quand tous les élèves ont joué, on compte le nombre de palets par garage. Tout palet compte, même ceux envoyés par erreur par un joueur adverse.



SITUATION 5 : LA GIROUETTE

Deux joueurs se passent le palet. Le troisième, placé entre les deux autres, doit arrêter le palet. S'il y parvient, il prend la place du lanceur.



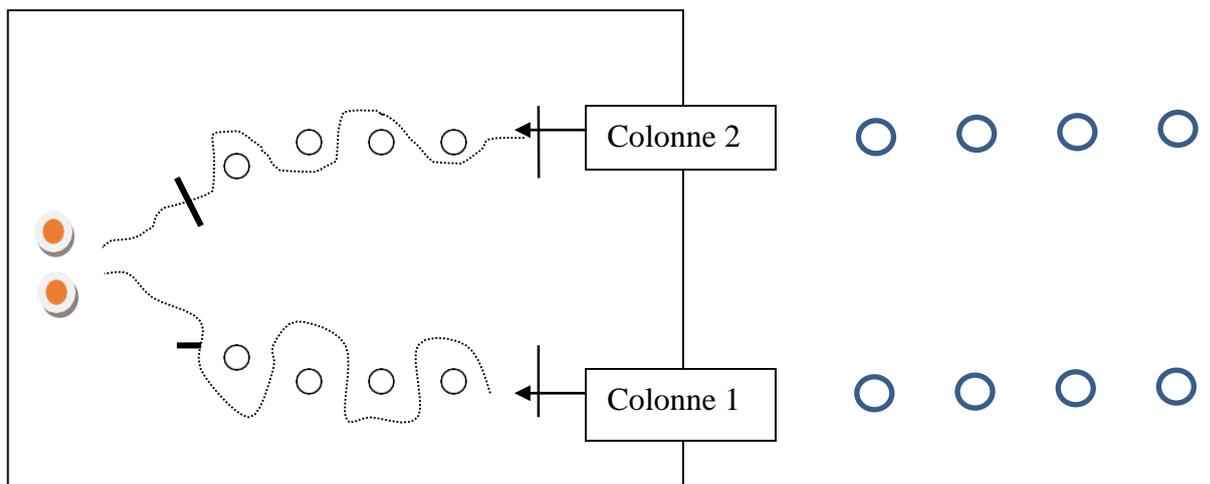
Objectif : manipuler la balle et la crosse en se déplaçant

SITUATION : LES PARCOURS

Faire progresser le palet en dribblant à travers un parcours matérialisé (plots, bancs...) et marquer un but.

Variantes :

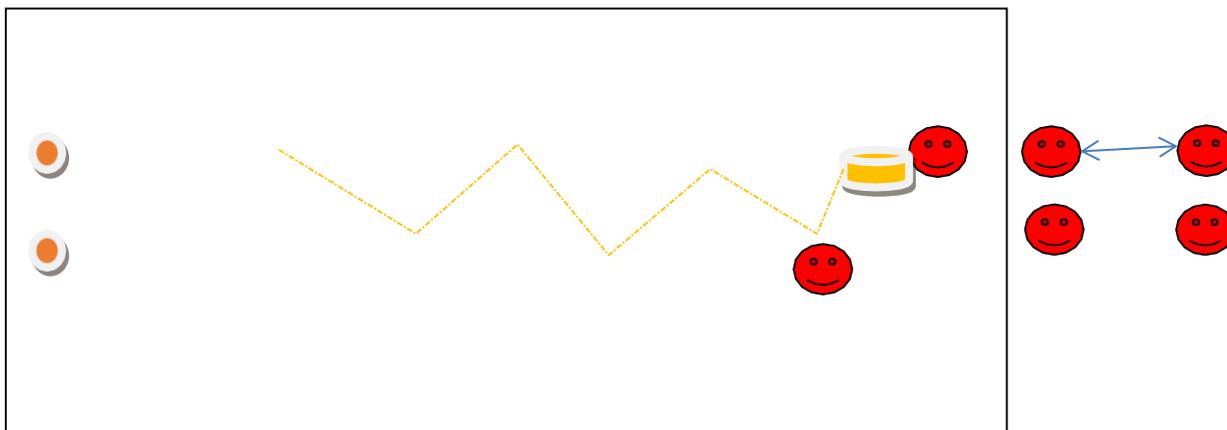
- Modifier le parcours
- Effectuer sous forme de parcours de vitesse
- Imposer le parcours à deux
- Faire le parcours à 2 et se faire des passes (en respectant les distances de sécurité)



JEUX

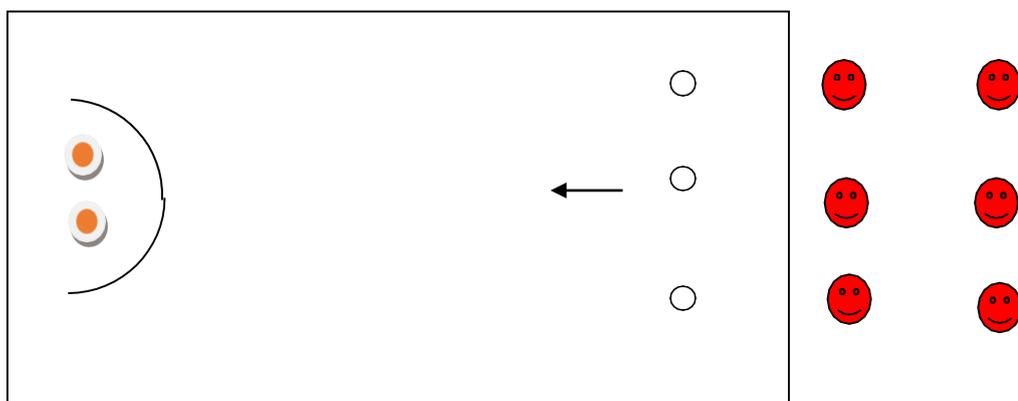
JEU 1 : PASSE ET VA

Objectifs	Maîtriser la conduite et la transmission du palet à l'autre ou vers le but
But	<u>Passeurs</u> : enchaîner 2 actions (passer/courir, réceptionner/tirer) <u>Remiseurs</u> : enchaîner 2 actions (réceptionner/passer)
Organisation	Plusieurs couloirs dans le sens de la largeur - équipes de x joueurs répartis en 2 colonnes - 1 palet/balle par binôme - 2 cônes pour délimiter le but pour chaque équipe - matérialiser les zones d'attente (cerceaux, cônes, plots...)
Déroulement / Consignes	Par binôme, le passeur fait une passe au receveur puis avance vers le but, jusqu'au tir au but. Dès le tir effectué, le binôme suivant peut démarrer. Le détenteur du palet ne peut pas se déplacer. Le palet doit être bloqué avant d'être passé. L'équipe qui a terminé en premier marque 1 point.
Variantes	<ul style="list-style-type: none"> - moduler la distance entre passeur et receveur - Imposer une zone de tir avec des cerceaux. - mettre en place une zone de défense - imposer une zone interdite - faire le jeu sous forme de relais



JEU 2 : PASSES A 3 CONTRE 0

Objectif	Récupérer, conserver et faire progresser collectivement le palet vers le but
But	Faire progresser le palet en se faisant des passes
Organisation	- 1 palet par groupe, - 1 chronomètre. La classe est répartie en groupes de 3 élèves. Utilisation d'un terrain de type basket.
Déroulement / Consignes	En se faisant des passes, les 3 joueurs doivent tenter de marquer un but dans un minimum de temps. Chaque équipe passe 10 fois, un tir réussi enlève X secondes. L'équipe gagnante est celle qui a mis le moins de temps. Remarque : La contrainte du chronomètre et l'interdiction du dribble doivent obliger les élèves à faire progresser le palet rapidement vers le but. Les déplacements vers l'avant du porteur de palet et les replacements rapides s'imposent pour améliorer ses performances.
Variantes	- Placer des portes avec passage obligatoire du palet. - Tous les joueurs doivent toucher le palet. - 3 zones de passage obligé sur le terrain.



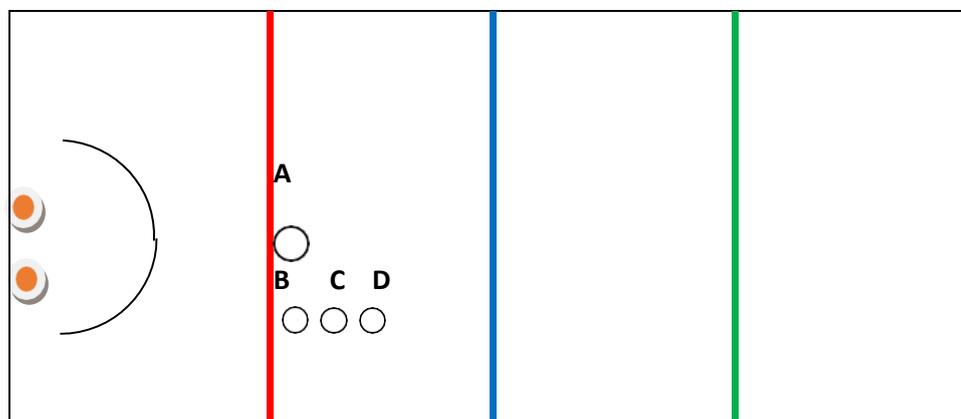
JEU 3 : TIRER DE PLUS EN PLUS LOIN

Objectif	Découvrir le dosage du tir
But	Tirer dans le but Découvrir les trajectoires
Organisation	<ul style="list-style-type: none">- 1 palet ou balle par élève- 2 plots pour matérialiser le but- groupes de 4-6 élèves- des cônes pour matérialiser les différentes zones
Déroulement / Consignes	Sans élan et en face du but, A tire dans le but, puis B tire à son tour, C... on commence dans la zone 5 mètres, Le joueur qui a réussi passe à la zone 10 mètres, puis 15 mètres.
Variantes	<ul style="list-style-type: none">- Partager le groupe en deux et chaque groupe se place sur un côté, un groupe tireur (tir à 45°). Après chaque tir, l'enfant change de rôle et de colonne.- varier les angles de tir

5m

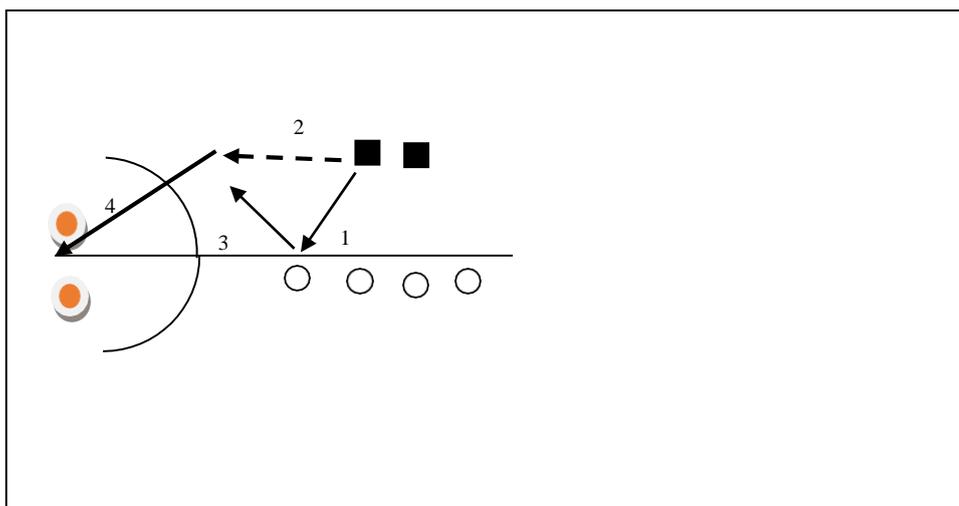
10m

15m



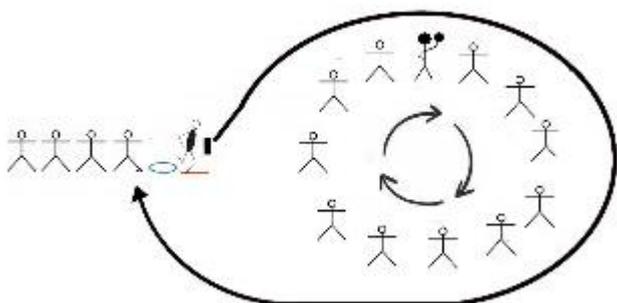
JEU 4 : PASSE ET TIRE

Objectif	Elaborer une stratégie pour marquer un but
But	Mettre en place une action pour marquer un but
Organisation	Matériel <ul style="list-style-type: none">- Palets ou balles,- 2 plots pour matérialiser le but- 2 zones à matérialiser Organisation de la classe : Travail par atelier un tireur, un passeur
Déroulement / Consignes	1 : Le tireur envoie le palet au passeur 2 : Le tireur court en direction du but 3 : Le passeur envoie le palet au tireur 4 : Le tireur tire dans le but
Variantes	- Varier la distance de tir



JEU 5 : L'HORLOGE

Objectif	Conduire sa balle au sol collée à la crosse
But	Coopérer pour faire des passes précises et rapides
Organisation	Matériel Matérialiser les espaces de jeux à l'aide de plots en respectant des distances de 5 mètres. 1 balle* par équipe. <u>Equipe maillots foncés</u> : passes entre le joueur au centre et ceux qui sont autour dans un ordre défini. <u>Equipe maillots blancs</u> : contourner l'autre équipe par l'extérieur en conduisant la balle* avec la crosse. Passer la balle au joueur suivant par une passe à 5 mètres.
Déroulement / Consignes	L'équipe blanche court autour de la ronde formée par l'équipe noire qui se passe la balle de crosse en crosse. Lorsque le dernier coureur blanc est revenu à son point de départ, on arrête le jeu et on retient le nombre de passes effectuées par l'équipe noire.
Variantes	Demander à l'équipe blanche d'effectuer plusieurs tours. Demander à l'équipe blanche d'effectuer le tour avec une crosse et une balle /un palet.



Le HOCKEY

Il est interdit de :

1 Frapper la balle



2 Lever la crosse au dessus de la hanche

3 Toucher la balle avec ses pieds ou son corps



4 Jouer avec une seule main



5 Lever la balle



6 Faire passer la balle entre ses propres jambes

7 Jouer avec la face arrondie de la crosse



8 Faire obstruction avec la crosse ou son corps



9 Se placer entre la balle et l'adversaire

10 Pousser l'adversaire, le toucher



11 Lancer sa crosse



12 Shooter en l'air avec le pied pour le gardien

