



Le sport scolaire de l'école publique


**ACADÉMIE
DE BESANÇON**
*Liberté
Égalité
Fraternité*

Direction des services départementaux
de l'éducation nationale
du Doubs



Cycle 1

Cycle 2

Cycle 3

Défi Hockey/Curling

Hockey et Curling : Proposition d'atelier suivant matériel, l'espace et le temps des classes.

Atelier 1 Parcours Hockey :

Matériels :

Suivant matériel disponible dans les écoles :

Idéal : cross de hockey et palet pour 1 classe

Si pas de matériel : bâton plastique ou bois et balle ronde petite taille

Cônes

Objectifs :

Motricité fine

Utiliser des objets de manière déportée pour réaliser un parcours

Consignes de l'atelier :

- L'élève débute, il réalise un slalom entre des cônes tout en conduisant son palet ou sa balle à l'aide de sa crosse ou de son bâton. Le geste doit être maîtrisé, l'enfant doit avoir la maîtrise de la vitesse et de son objet à déplacer.
- L'élève arrive ensuite dans une zone de tir, il doit tirer son objet dans un but.
- Pour **les cycles 1** possibilité de pousser une balle ou palet avec la main sur le parcours.

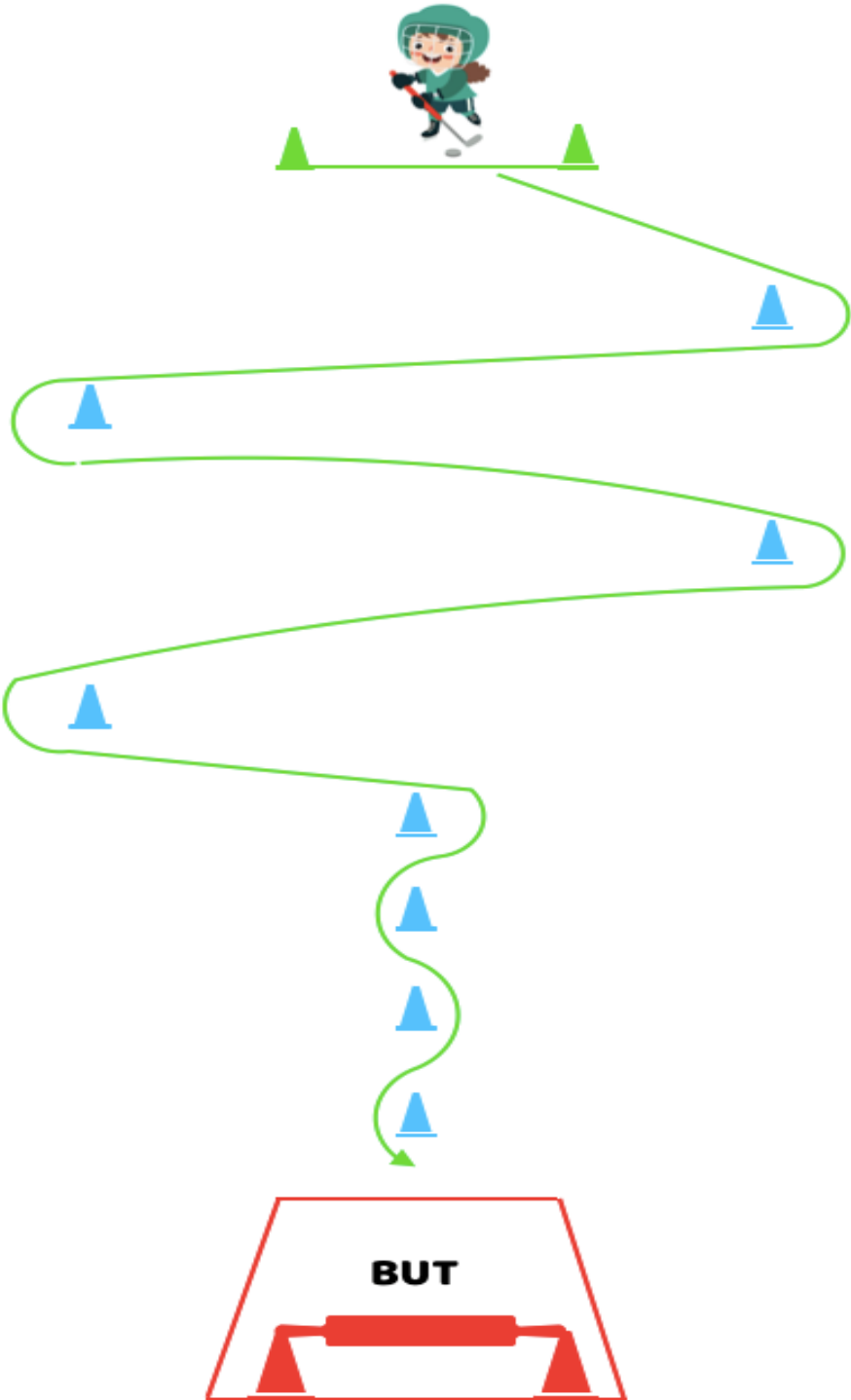
Variables :

Réaliser le parcours en étant chronométré.

Allonger le parcours/le réduire.

Eloigner la cible (but).

Parcours Hockey



Atelier 2 Opposition Hockey :

Matériels :

Suivant matériel disponible dans les écoles :

Idéal : cross de hockey et palet pour 1 classe

Si pas de matériel : bâton plastique ou bois et balle ronde petite taille

Cônes

Objectifs :

Réaliser un maximum d'échange par duo

Réussir à défendre et stopper les échanges

Consignes de l'atelier :

La classe est répartie en deux équipes : ceux qui réalisent des passes « passeurs » en duo et les défenseurs « bloqueurs ».

Pendant 4 minutes, les élèves passeurs réalisent un maximum d'échanges grâce au palet ou à la balle sans se faire intercepter par les bloqueurs de balle.

Les bloqueurs doivent intercepter les échanges entre les passeurs.

Si un bloqueur intercepte l'échange entre deux passeurs, le compte des deux passeurs retombe à zéro.

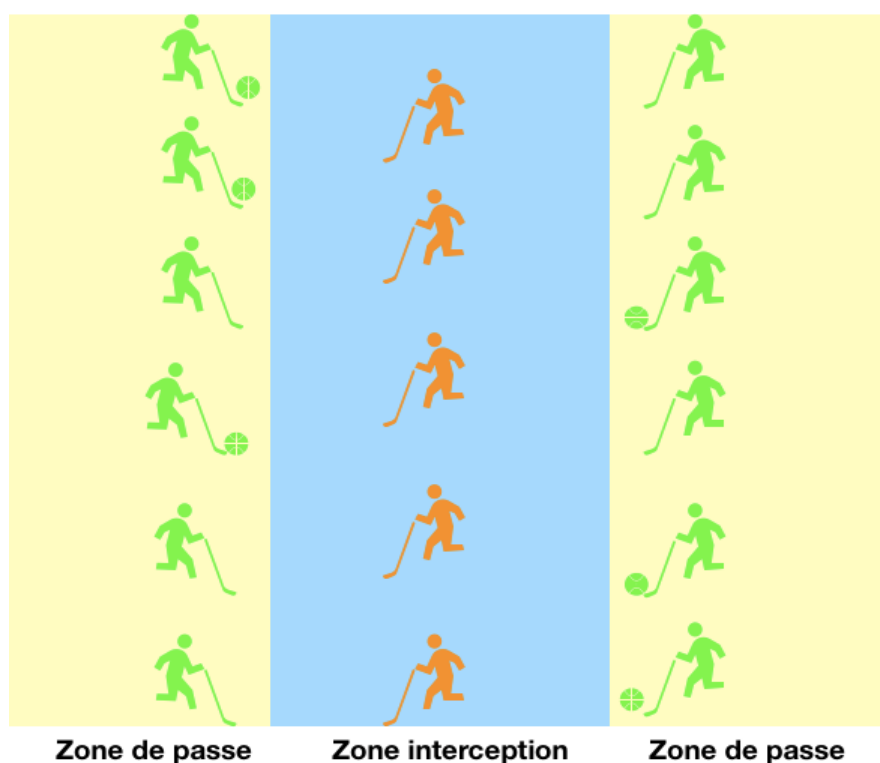
Pour **les cycles 1** possibilité de pousser une balle ou un palet avec la main. Celle-ci doit rouler ou glisser au sol.

Variables :

Augmenter/réduire la durée d'une manche.

Agrandir la zone et le nombre de « bloqueur ».

Arrêter l'échange des passeurs lorsqu'ils sont interceptés.



Atelier 3 Curling :

Matériels :

Bouchons, petites voitures, cibles à imprimer en A3.

Objectifs :

Réaliser un lancer/glisser précis

Adapter son action motrice pour viser une cible.

Consignes de l'atelier :

A 1m de la cible (fixé au sol, scotché), les élèves doivent faire un lancer de précision sur la cible.

Ils font glisser 3 bouchons en visant le centre (rouge), chaque zone équivaut à 1 point.
Première zone bleu 1 point / Première zone blanche 2 points / Deuxième zone bleu 3 points / Deuxième zone blanche 4 points / Zone rouge 5 points.

Il est possible de lancer son bouchon pour que celui-ci tape dans les bouchons adversaires déjà en place. Le décompte de points se réalise seulement à la fin.

Pour **les cycles 1** possibilité de réaliser l'activité avec des petites voitures.

Variables :

Variation la distance de la cible.

Changer le nombre de point de chaque zone.

Changer l'objet lancé.



Atelier Bonus Boarder Cross:

Matériels :

4 lots de chasubles de 4 couleurs différentes, cônes, haies, petites haies.

Objectifs :

Réaliser des actions motrices diverses sur un parcours imposé et terrain varié.

Consignes de l'atelier :

Réaliser une course à 2 virages avec obstacles par vague de 4 élèves en confrontation.

Parcours : Départ, 5m, haies basses, 10m, virage à 90°, 10m, virage à 90°, 20m, 4 haies de suite, 10m, Arrivée.

Départ dos au parcours.

Possibilité de réaliser les manches en relais, avec des équipes hétérogènes...

Cycle 2 et 3 : Dans la cour ou dans un gymnase

Cycle 1 : Dans une salle de motricité. Remplacer les petites haies par un tapis, les haies d'athlétisme par des petits obstacles.

Variables :

Variation la distance du parcours.

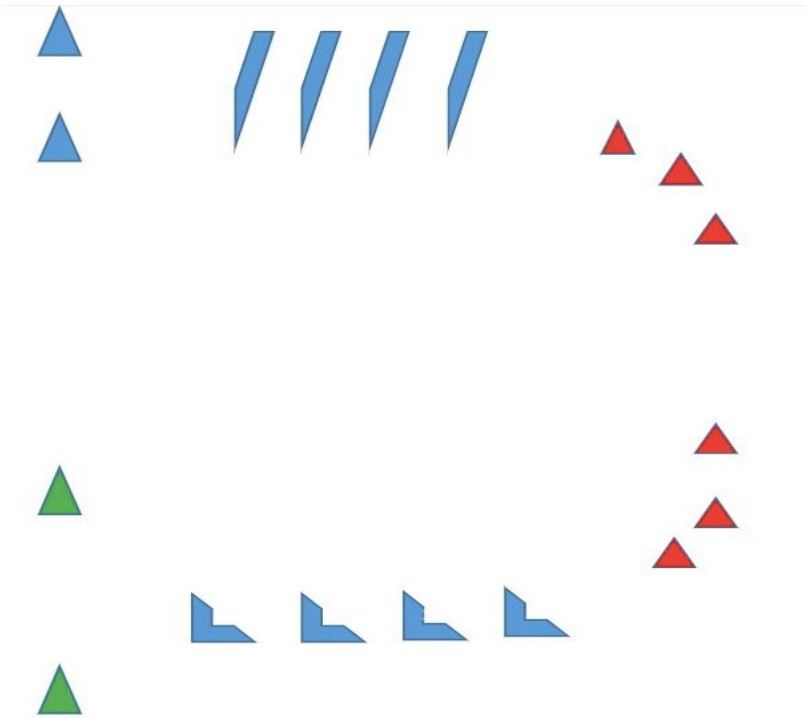
Augmenter ou diminuer les obstacles du parcours.

Des pénalités peuvent être appliquées si un élève renverse des haies ou des cônes.

Variable neige :

Réaliser le boarder cross en ski l'hiver pour les classes qui auront la chance de pouvoir être sur la neige.

Parcours dans une cour d'école



Parcours sur neige

