

Thèmes	Objectifs	Matière	Forme sociale	Matériel/Organisation
1 Accoutumance à la glace	Mettre en confiance l'élève	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Entrée sur la glace en canard (technique 3P, poser, plier, pousser) en colonne et faire le tour de la „forêt “ au bord de la glace.</li> <li>2. Salut, ça va? Etant face à face, les élèves s'échangent quelques paroles en joignant le geste à la parole.</li> <li>3. Essuyer le sol en chasse-neige (plier une jambe et pousser/ramener le patin sur la carre intérieure, gauche et droite).</li> <li>4. Couper les bolets et les champignons (freiner en touchant légèrement les objets sur la glace).</li> <li>5. 1,2,3, soleil!</li> <li>6. Les aveugles: A ferme les yeux et B le balade en le poussant doucement aux hanches.</li> <li>7. Soulever et poser délicatement les champignons coupés</li> <li>8. Ramasser les champignons/bolets et les mettre dans un panier (un objet à la fois) .</li> <li>9. Quelle équipe ramasse le plus d'objets possible?(une équipe accroche les champignons au „sapin“ pendant que l'autre équipe essaie de les vider (vider le panier)).</li> </ol>	tous	<p>1 cônes (sapin)            2 cerceaux (paniers)            3 bâtons (troncs)            4 petites balles (bolets)            5 anneaux en plastiques (champignons)</p> <p>Le matériel est distribué sur la glace.</p>
2 Freinage	ESC de freiner au signal		par 2	
3 Extension-flexion			seul	
4 Glisser	Différenciation  ESC de ramasser un objet au sol		2 équipes	
Quelques jeux supplémentaires	Patinage arrière Glisser Freiner/équilibre Vitesse/	<ol style="list-style-type: none"> <li>10. Les autos tamponneuses</li> <li>11. Le curling humain</li> <li>12. La balle brûlée „hockey“</li> <li>13. Vider le poulailler</li> <li>14. Le loup glacé ou toutes autres poursuites connues de la salle de sport</li> </ol>	Seul par 2 2 équipes 2 à 4 chasseurs	