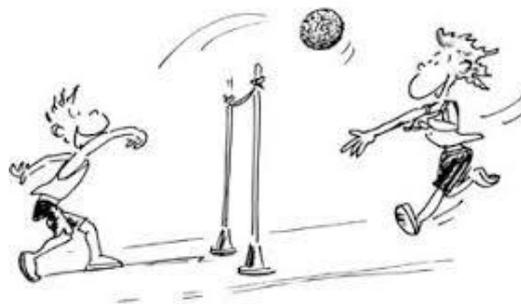


## 3-4P - Animation EPS

### La balle par-dessus la corde



#### Composantes visées par le cycle d'apprentissage :

#### 3<sup>E</sup> ANNÉE

...en exerçant les gestes techniques et les notions tactiques élémentaires  
CT Stratégies d'apprentissage

##### Jouer avec une balle

- Man. 3: broch. 5, pp. 5, 9 à 12, 14, 16, 18 et 19
- Fiches 6-8 ans: 64 et 68

...en découvrant des mouvements fondamentaux

##### Lancer différents objets

- Man. 3: broch. 4, pp. 20 à 24
- Fiches 6-8 ans: 52
- Évaluation: J'ai lancé différents objets **13**

#### 4<sup>E</sup> ANNÉE

...en exerçant les gestes techniques et les notions tactiques élémentaires

##### Pratiquer des jeux favorisant la passe et la réception

- Man. 3: broch. 5, pp. 14, 16, 19, 22, 26, 27 et 30
- Fiches 6-8 ans: 60 et 67
- Évaluation: J'ai lancé et rattrapé un ballon **6**

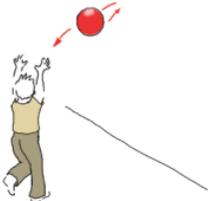
...en expérimentant des familles de mouvements  
CT Stratégies d'apprentissage

##### Lancer avec précision

- Man. 3: broch. 4, pp. 20 à 24 et 27; broch. 5, p. 13
- Fiches 6-8 ans: 53
- Évaluation: J'ai lancé différents objets **2**

#### Évaluations possibles grâce à la séquence :

**6. J'ai lancé un ballon contre le mur et je l'ai rattrapé...**



**E R**

- 10 fois de suite avec rebond
- 10 fois de suite sans rebond
- après avoir touché le sol avec les mains (3 fois)

## Objectifs :

- ESC d'améliorer la perception des trajectoires, la précision des lancers et la réception des ballons.
- ESC d'expérimenter et comprendre les règles de la balle par-dessus la corde.

## Échauffement : « Je joue (rencontre avec l'objet) »

Le but de cette partie est de faire découvrir l'objet (balle) aux élèves. L'idée est de faire découvrir des petits challenges aux enfants pour améliorer la perception de la balle et la trajectoire.

- 1) Effectuer un 8 autour des jambes de l'élève.
- 2) Lancer la balle au-dessus de la tête et la rattraper après un rebond au sol.
- 3) Lancer la balle au-dessus de la tête, toucher le sol et la rattraper après un rebond.
- 4) Lancer la balle au-dessus de la tête, faire un 360° et la rattraper après le rebond.  
*Idem que 2/3/4 mais cette fois sans le rebond par terre.*
- 5) Frapper le ballon au sol et le rattraper.
- 6) Frapper le ballon au sol et le rattraper au-dessus du front.

## Partie principale 1 : « Je joue avec moi (lancer et rattraper) »



Le but de cette partie est d'effectuer beaucoup de lancers avec des trajectoires différentes. L'enfant doit pouvoir travailler seul le lancer et la réception d'une balle.

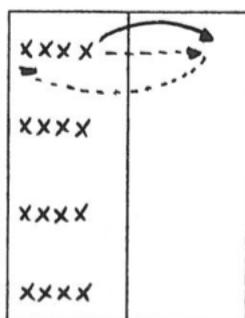
- 1) L'enfant lance une balle contre le mur et la rattrape après un rebond au sol

*Variantes : Lancer de différente manière : par le bas, par le haut, à une main à deux mains.*

- 2) L'enfant lance une balle contre le mur et la rattrape sans rebond au sol

*Variante : Lancer la balle en la frappant au sol*

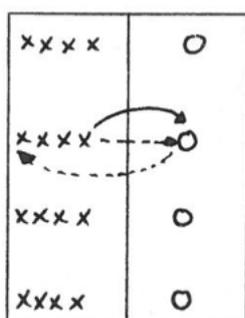
3) Lancer le ballon par-dessus la corde (filet) et courir pour le bloquer.



- le bloquer après 1 / 2 rebonds
- le bloquer face à la corde
- le bloquer en position assise
- le bloquer juste au-dessus du front

*Variantes : lancer depuis plus loin / frapper le ballon au sol / lancer depuis un banc*

4) Lancer le ballon en visant un cerceau posé par terre.



- lancer par le bas à deux mains
- lancer par le haut à deux mains
- lancer à une main
- frapper le ballon au sol

*Variantes : lancer depuis plus loin / lancer depuis un banc*

## **Partie principale 2 : « Je joue avec toi (rencontre avec toi - coopération) »**

Le but de cette partie est de commencer à faire des échanges avec un partenaire. Les élèves doivent pouvoir rencontrer un maximum de trajectoire de balle différentes pour réussir à construire le schéma moteur du lancer/rattraper.

1) Le marchand de glace :

Les élèves sont répartis en duo. Chaque duo se compose d'un élève avec une balle et un élève avec cône. L'élève avec la balle lance une bonne balle à son partenaire qui la rattrape sur le cône après un rebond au sol. *Quelle équipe arrive à faire le plus de glaces ?*

*Variante : idem mais jouer avec un filet et sans rebond au sol*

2) Le duel au cerceau :

Deux élèves se font face de part et d'autre du filet. Un cerceau se trouve de chaque côté du filet. Les élèves effectuent des échanges en lançant la balle par le bas (trajectoire bombée) sans mettre son adversaire en difficulté. Si l'un des deux arrive à faire rebondir la balle dans le cerceau l'équipe marque 1 point.

3) La vraie balle par-dessus la corde en 1 contre 1 :

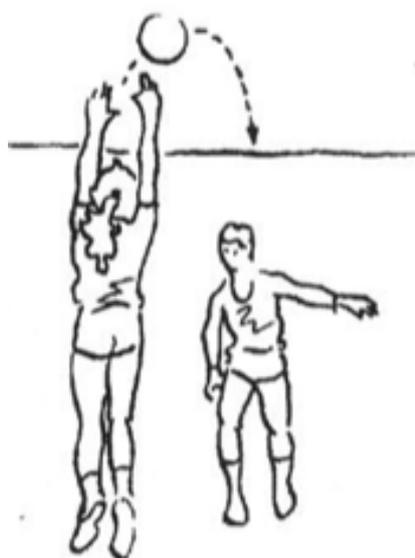
Les élèves se font face en duo (un de chaque côté du filet -> filet au plus bas). Les élèves essaient alors de se faire un maximum d'échange en lançant la balle au-dessus du filet. L'élève rattrape la balle après un rebond au sol.

*Variante : avec un filet haut sans rebond au sol*

**Suite :**

- 2c2 : chaque élève lance la balle l'un après l'autre. Après chaque frappe, l'élève doit tourner derrière un cône placé au fond de la salle.

*Variante : les duos ont l'obligation de se faire une passe dans leur terrain avant de renvoyer la balle de l'autre côté du filet.*



## ***Partie principale 3 : « Je joue contre toi (rencontre avec toi – compétition) »***

Le but de cette partie est de commencer à réussir à mettre en difficulté son adversaire. La finalité de cette partie est de terminer par un tournoi de balle par-dessus la corde dans la classe.

Les élèves sont répartis par 2 (un de chaque côté du filet). Ils effectuent des petits matchs de 3-4 minutes. Après chaque fin de match l'élève gagnant « monte d'un terrain » alors que l'élève perdant « descend » d'un terrain. A la fin de la leçon l'élève qui se retrouve sur le terrain le plus haut gagne le tournoi.

### ***Variantes : Jouer en 2 contre 2. / Jouer sans rebond au sol***

#### ***Règles (à utiliser selon le niveau)***

- réception du ballon :
  - blocage après un rebond
  - blocage sans rebond
  - sans blocage (en passe de volley)
- passer le ballon par-dessus la corde :
  - sans préciser la façon de lancer
  - en lançant depuis devant la tête
  - en lançant au-dessus de la tête puis en "poussant" le ballon à deux mains (comme une passe de volley)
  - en "poussant" un ballon, lancé par un co-équipier qui l'avait bloqué

Chaque équipe ou joueur peut avoir des règles différentes des autres (adaptées au niveau) durant la même partie.

- engagement :
  - depuis une limite définie (pas trop près de la corde)
- marcher :
  - autorisation de marcher avec le ballon
  - interdiction de marcher avec le ballon
  - 2 pas autorisée
- corde :
  - interdiction de toucher la corde
  - interdiction de pénétrer dans le terrain adverse
- comptage des points :
  - 1 point si le ballon tombe par terre (ou 2 fois par terre si on autorise un rebond)
  - 1 point si le ballon est lancé hors des limites
  - jouer en tie-break → chaque point compte (pas besoin d'avoir le service pour marquer)
  - avoir 2 points de différence pour gagner le match

