

## 3-4P - Animation EPS

Curling :



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

| 3 <sup>E</sup> ANNÉE   | 4 <sup>E</sup> ANNÉE  |
|--|---|
| <p><b>...en découvrant leurs spécificités</b><br/><i>CT Pensée créatrice</i></p> <p><b>Expérimenter du matériel</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Man. 3: broch. 5, pp. 4 à 8, 21 et 33</li><li>• Fiches 6-8 ans: 57, 58 et 59</li><li>• Évaluation: J'ai jonglé avec différents objets <b>3</b></li></ul> | <p><b>...en expérimentant des familles de mouvements</b><br/><i>CT Stratégies d'apprentissage</i></p> <p><b>Lancer avec précision</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Man. 3: broch. 4, pp. 20 à 24 et 27; broch. 5, p. 13</li><li>• Fiches 6-8 ans: 53</li><li>• Évaluation: J'ai lancé différents objets <b>2</b></li></ul> |
| <p><b>...en découvrant des mouvements fondamentaux</b></p> <p><b>Lancer différents objets</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Man. 3: broch. 4, pp. 20 à 24</li><li>• Fiches 6-8 ans: 52</li><li>• Évaluation: J'ai lancé différents objets <b>13</b></li></ul>  |   |

### Objectifs :

- ESC d'expérimenter des lancers avec un canne suédoise.
- ESC d'ajuster sa force de lancer avec une canne suédoise afin de faire glisser un cerceau dans une zone délimitée.
- ESC de comprendre l'importance des règles de sécurité lors de l'utilisation d'une canne suédoise.
- ESC de découvrir 3 manières de faire glisser un cerceau sur le sol avec une canne suédoise.

## - **Échauffement :**

### La balade du chien :

Les élèves possèdent chacun une canne suédoise et un cerceau. Les élèves circulent alors dans la salle en essayant d'occuper un maximum l'espace et en déplaçant leur cerceau en le tirant grâce au bout de la canne suédoise. Les élèves ne doivent pas faire de collision et ne pas toucher le cerceau des autres élèves.

➔ Variante : les élèves effectuent l'exercice en marche arrière, en courant

### La chasse aux cerceaux :

Trois élèves possèdent un cerceau jaune (les autres ont un cerceau bleu ou rouge). Tous les élèves circulent dans la salle en tirant leur cerceau avec le bout de la canne suédoise. Les élèves possédant un cerceau jaune doivent essayer de s'en débarrasser en réussissant à toucher soit un cerceau bleu ou un cerceau rouge. Lorsque l'élève « jaune » parvient à toucher le cerceau rouge ou bleu, il laisse son cerceau jaune à l'élève touché, et part avec son nouveau cerceau. Le but de jeu est de ne pas se faire toucher par les élèves possédant un cerceau jaune.

➔ Variante : les élèves « jaunes » peuvent faire glisser leur cerceau en le lançant avec leur canne suédoise en gardant la canne au sol (attention à la sécurité !!!).

### La course de chien :

Les élèves sont répartis en 6 équipes derrière un piquet. Chaque équipe possède uniquement 1 cerceau. Les élèves ont tous une canne suédoise afin de pouvoir glisser leur cerceau. Une course est alors organisée entre les 6 équipes. Chaque joueur de l'équipe doit glisser à tour de rôle leur cerceau afin de faire un aller-retour dans la

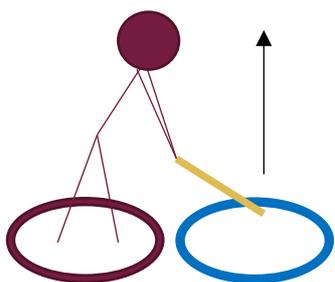
salle en passant derrière un cône placé à l'autre extrémité de la salle. La première équipe qui parvient à faire passer tous leurs joueurs gagne la partie.

→ Variante : aller en avant-retour en arrière, 1<sup>er</sup> passage avec un joueur qui glisse le cerceau, 2<sup>ème</sup> passage avec 2 joueurs qui glissent..., 3<sup>ème</sup> passage ...

## ***Partie principale : le curling***

Le but de cette partie est de faire découvrir les 3 types de lancer possible au curling. Chacun des tirs est formé par un exercice technique (entraînement) et d'une partie jeu (concours).

### **1) Le lancer à l'arrêt**



**Garder les 6 équipes du dernier jeu :**

**Les élèves se placent à tour de rôle dans le cerceau rouge et envoient le cerceau bleu le plus loin possible en un mouvement sec et rapide.**

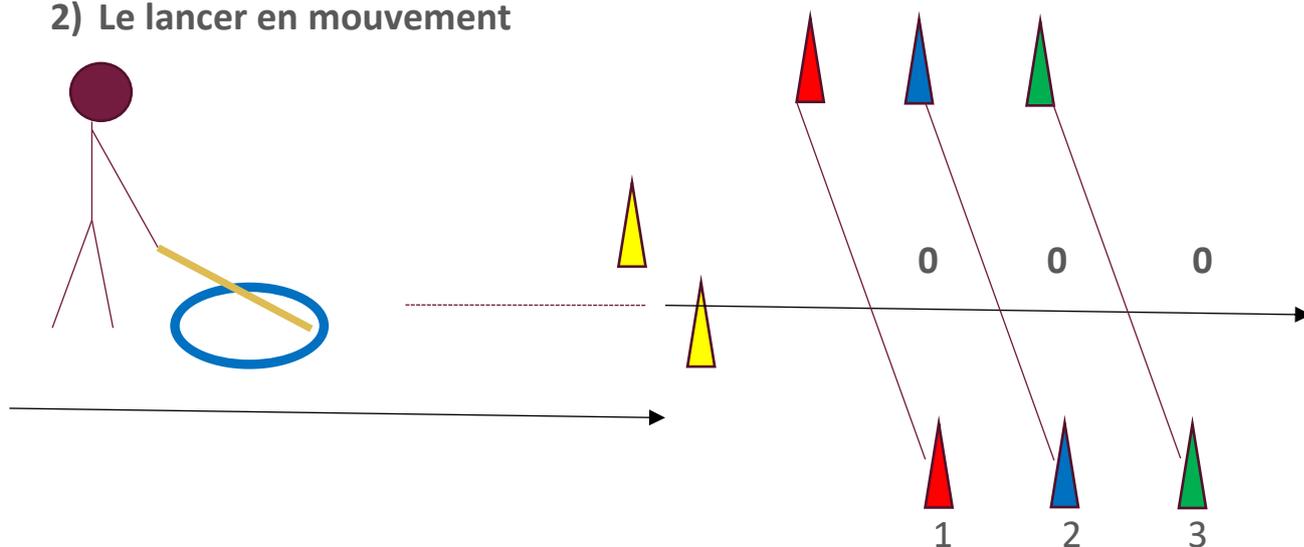
**Conseils :**

- 1) placer le cerceau bleu un peu en arrière du cerceau rouge
- 2) placer le bout de la canne suédoise contre le bord avant du cerceau bleu
- 3) effectuer un mouvement rapide en gardant la canne appuyée contre le sol

**Concours :**

Un élève de chaque équipe se place dans les cerceaux rouges. Au coup de sifflet, les élèves lancent leur cerceau le plus loin possible dans la salle. L'élève qui a lancé le cerceau le plus loin remporte un point pour son équipe.

## 2) Le lancer en mouvement



Les élèves disposent désormais d'une course d'élan vers l'avant. Ils doivent lancer le cerceau dans le prolongement de leur course en faisant un mouvement avec la canne suédoise vers l'avant. Le cerceau doit être lancé avant la « porte » jaune (cônes jaunes).

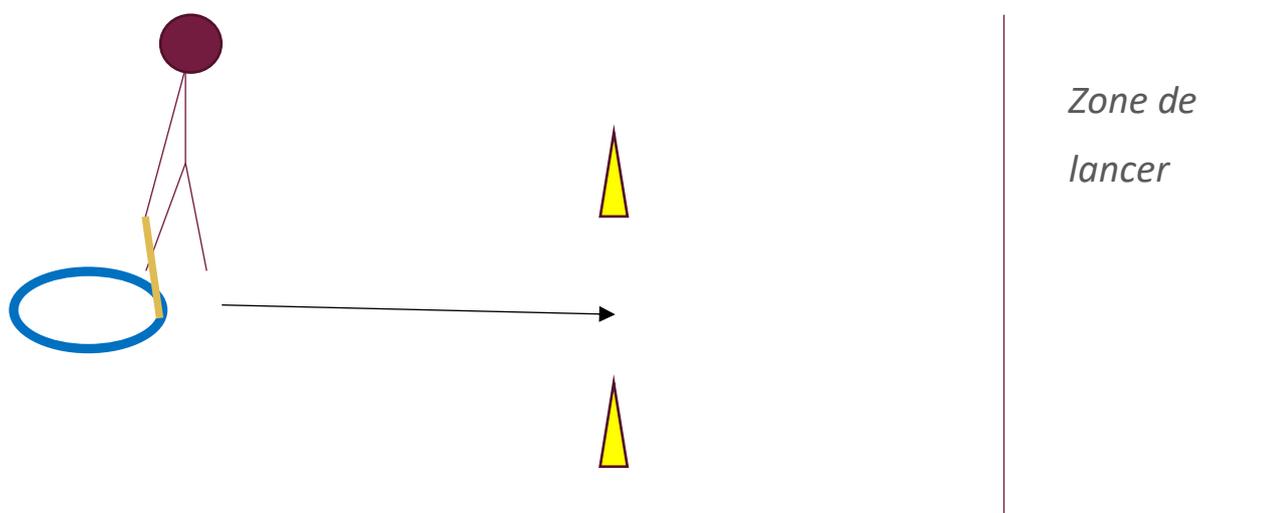
### Conseils :

- 1) Courir vite
- 2) Tenir la canne proche du corps
- 3) Effectuer un mouvement sec et rapide à la fin de la course

### Concours :

Un élève de chaque équipe lance le cerceau en même temps. Le but de ce concours est de doser sa force afin que le cerceau s'arrête sur des lignes délimitées en avance (voir schéma). Si le cerceau touche une ligne, l'équipe marque le nombre de point de la ligne. Si le cerceau ne touche aucune ligne (pas assez fort ou trop fort), l'équipe ne marque aucun point.

### 3) Le lancer final



Les élèves mettent désormais en pratique les deux types de lancer. Les élèves utilisent la course vers l'avant + le lancer de profil. Le but étant de prendre les avantages des deux lancers afin de trouver la meilleure technique de lancer.

#### Conseils :

- Courir vite
- Accompagner le cerceau tout le long de la course
- Finir avec un mouvement de poignet vers l'avant

#### Concours :

Deux grandes équipes s'affrontent (moitié de la classe contre l'autre moitié de la classe). Une moitié de classe est placée d'un côté de la salle et l'autre moitié est de l'autre côté. L'équipe A commence à lancer leurs cerceaux en essayant de rester dans une zone délimitée (deux lignes au milieu de la salle). L'équipe B peut ensuite lancer leurs cerceaux afin de déplacer les cerceaux de l'équipe A et se placer dans la zone délimitée afin de marquer eux aussi des points. Les points se calculent lorsque les deux équipes ont lancé leurs cerceaux.

➔ Recommencer en inversant l'ordre de lancer.

## ***Jeux possibles pour poursuivre avec les lancers curling :***

### **Le curling-bowling :**

Répartir des quilles dans l'ensemble de la salle. Former 2 équipes qui s'affronteront lors du jeu. La première équipe se positionne d'un côté de la salle. Les élèves lancent chacun un cerceau en plusieurs « volée » afin d'essayer de faire tomber un maximum de quille. L'enseignant compte le nombre de quille au sol puis redresse l'ensemble des quilles. L'équipe A va rechercher leurs cerceaux afin de laisser un terrain de jeu propre pour l'équipe B. La deuxième équipe effectue alors leurs lancers depuis l'autre côté de la salle afin d'essayer de battre le score de la première équipe. L'équipe qui arrive à faire tomber le plus de quilles gagne la partie.

### **Le mini-golf :**

L'enseignant crée un parcours dans l'ensemble de la salle avec des bancs, des caissons, des tapis, des poteaux et des barres fixes au sol. Chaque élève passe à tour de rôle dans le parcours afin de l'effectuer avec le moins de lancers possible. Chaque élève doit attendre que son cerceau soit arrêté avant de le relancer.

### **Le vrai curling :**

Former des groupes et répartir des élèves sur plusieurs traversées de salle. Deux groupes d'élèves s'affrontent dans une partie de curling. Le but du jeu est d'avoir les cerceaux de son équipe le plus proche possible d'une croix (scotch) créée au fond de la traversée de la salle. Les élèves lancent chacun leur tour leur cerceau et vont le rechercher seulement à la fin de la partie. L'équipe qui a un cerceau le plus proche de la croix ne lance pas le cerceau suivant.

### **Points :**

- Un point est marqué lorsqu'une équipe possède le cerceau le plus proche de la croix. Si deux cerceaux d'une équipe sont les plus proches de la croix l'équipe marque 2 points... etc.