

SPORTS AMERICAINS

PLAN PEDAGOGIQUE

- le contenu de l'activité DOIT être ludique
- Tout le monde participe à l'activité (pas d'enfant sur le côté)
 - Mettre les pratiquants en réussite
- Privilégier le temps de pratique par enfant

LE CADRE DE SEANCE

- échauffement en rapport avec l'activité
- 1 ou 2 situations ludiques en rapports avec les fondamentaux du sport pratiqué
- Finir par un match en rapport avec les fondamentaux travaillés

LES FONDAMENTAUX DES SPORTS AMERICAINS

HOCKEY

- controle de la crosse
- la passe
- le tir

FLAGFOOT

- passe
- reception
- deflaguer
- esquiver

ULTIMATE

- le lancer
- la reception

CROSSE CANADIENNE

- controle de la crosse
- la passe
- le tir

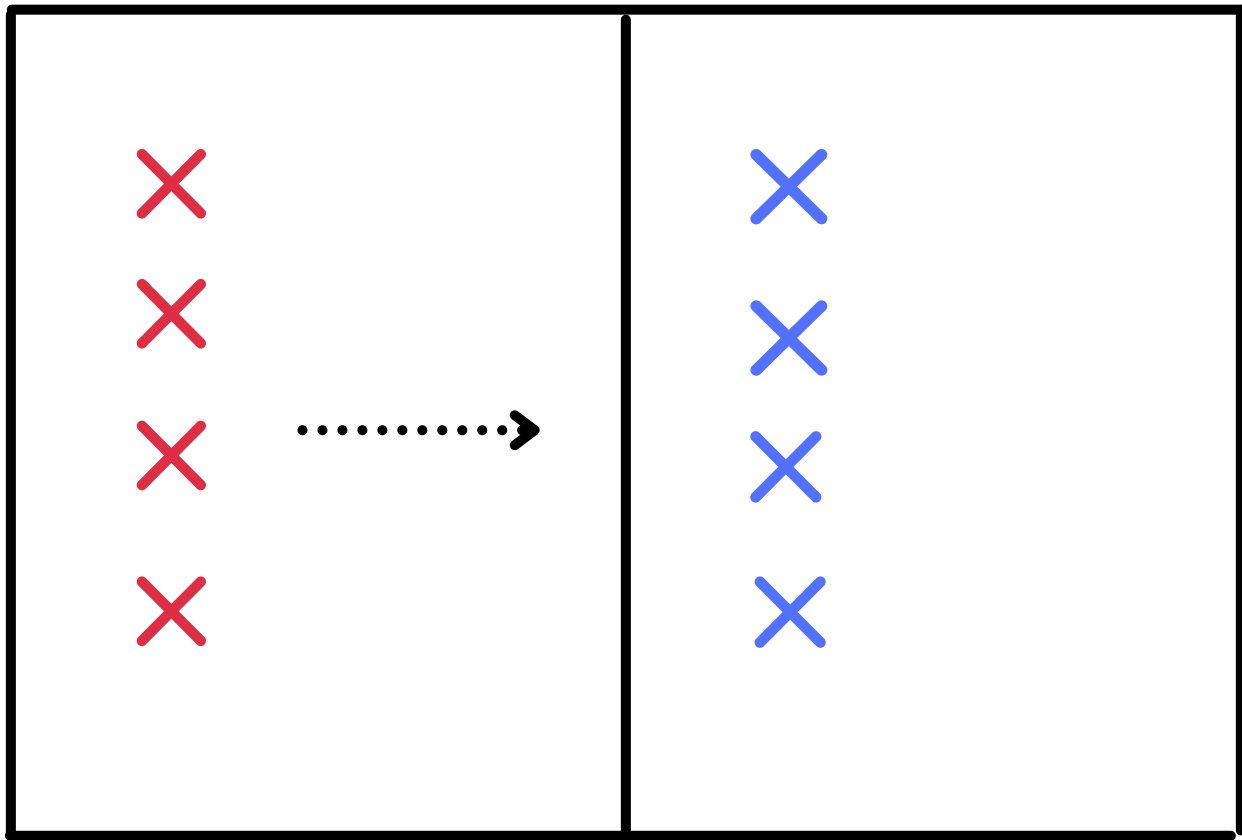
BASE-BALL

- frapper
- lancer
- receptionner

SPORTS AMERICAINS

EXEMPLE DE SITUATION DE SEANCE ULTIMATE

le frisbee chasseur



but du jeu : toucher le plus de joueurs possibles avec le frisbee.

explications : Selon le nombre de joueurs, l'éducateur désigne 4 ou 6 chasseurs. Il leur donne 2 ou 3 frisbees en mousse. Au top départ, les chasseurs doivent toucher le plus de joueurs possibles avec les frisbees en mousse. Quand un joueur est touché les chasseurs marquent un point. Une fois le temps écoulé, l'éducateur compte le nombre de joueurs touchés. .

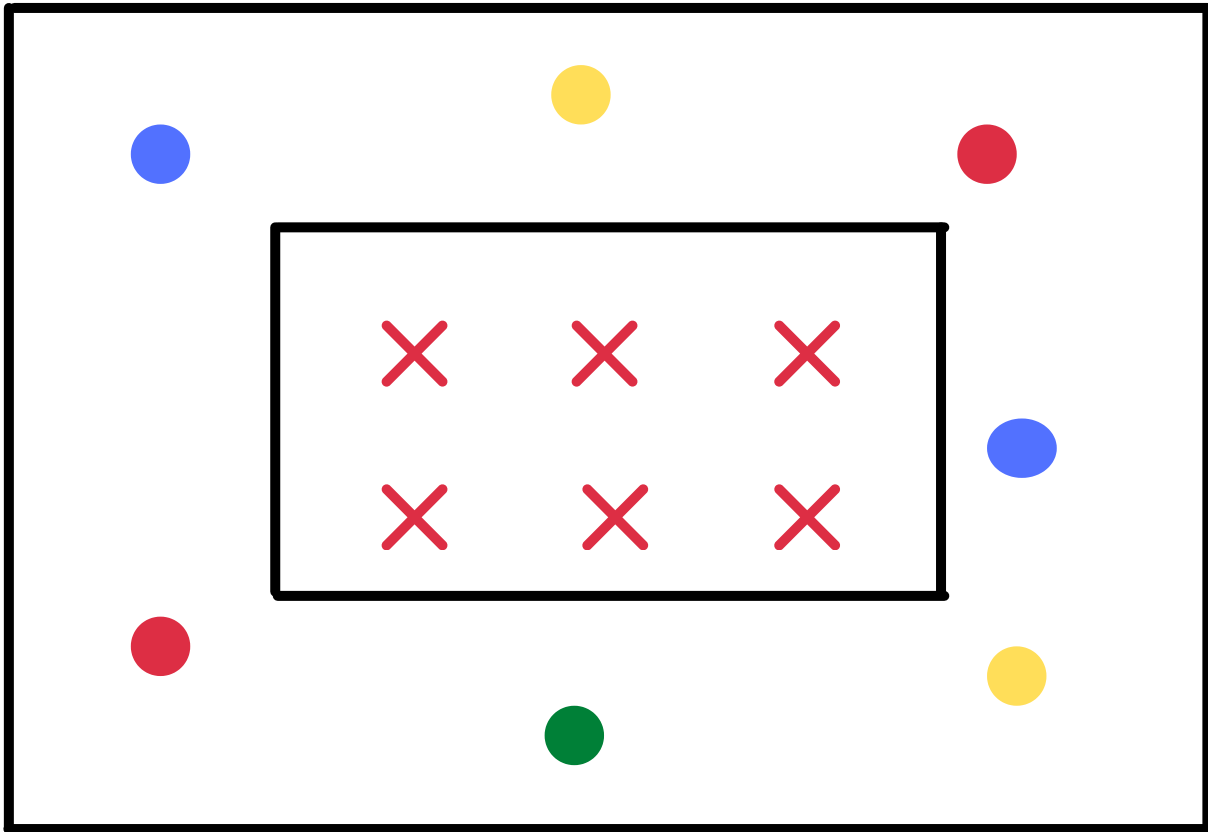
variantes : nombre de chasseurs, nombre de frisbee, durée des manches, attraper le frisbee.

fondamentaux travaillés : lancer, réceptionner

SPORTS AMERICAINS

EXEMPLE DE SITUATION DE SEANCE HOCKEY

le jeu des cerceaux



but du jeu : mettre sa balle dans le cerceau

explications : chaque pratiquants à une balle et se deplace dans le terrain librement, au signal l'educateur va montrer un cerceau et les pratiquants vont devoir mettre leur balle dans le cerceau de la couleur annoncer, le premier arriver marquent un point, on peut aussi rajouter une cage pour les faire tirer dedans.

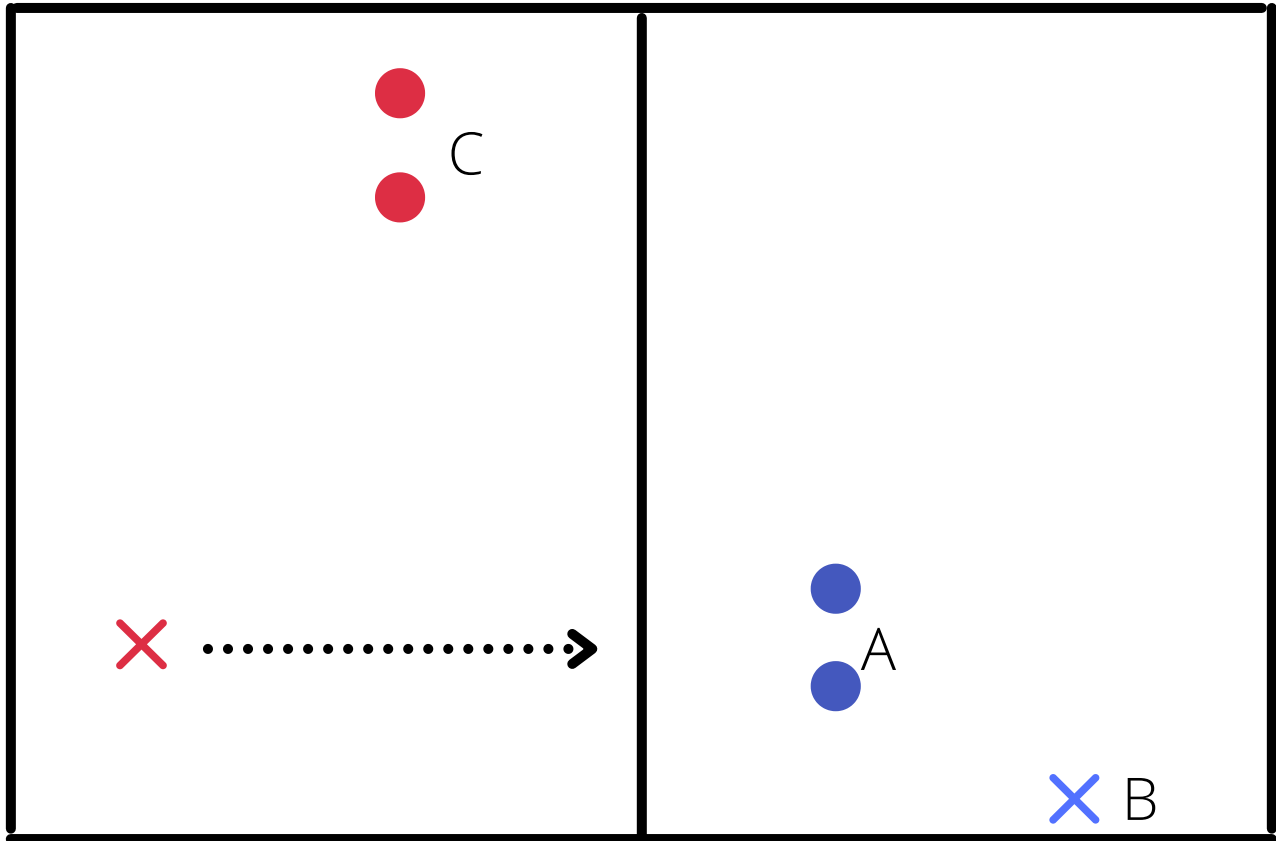
variantes : taille de la zone, nombre de cerceaux, temps des manches, rajouter une cage en plus de cerceaux

fondamentaux travaillés : controle de la crosse, tirer

SPORTS AMERICAINS

EXEMPLE DE SITUATION DE SEANCE FLAGFOOT

les portes piégés



but du jeu : le poursuivi doit traverser le terrain en passant par la porte A et par la porte C, sans se faire attraper par le chasseur.

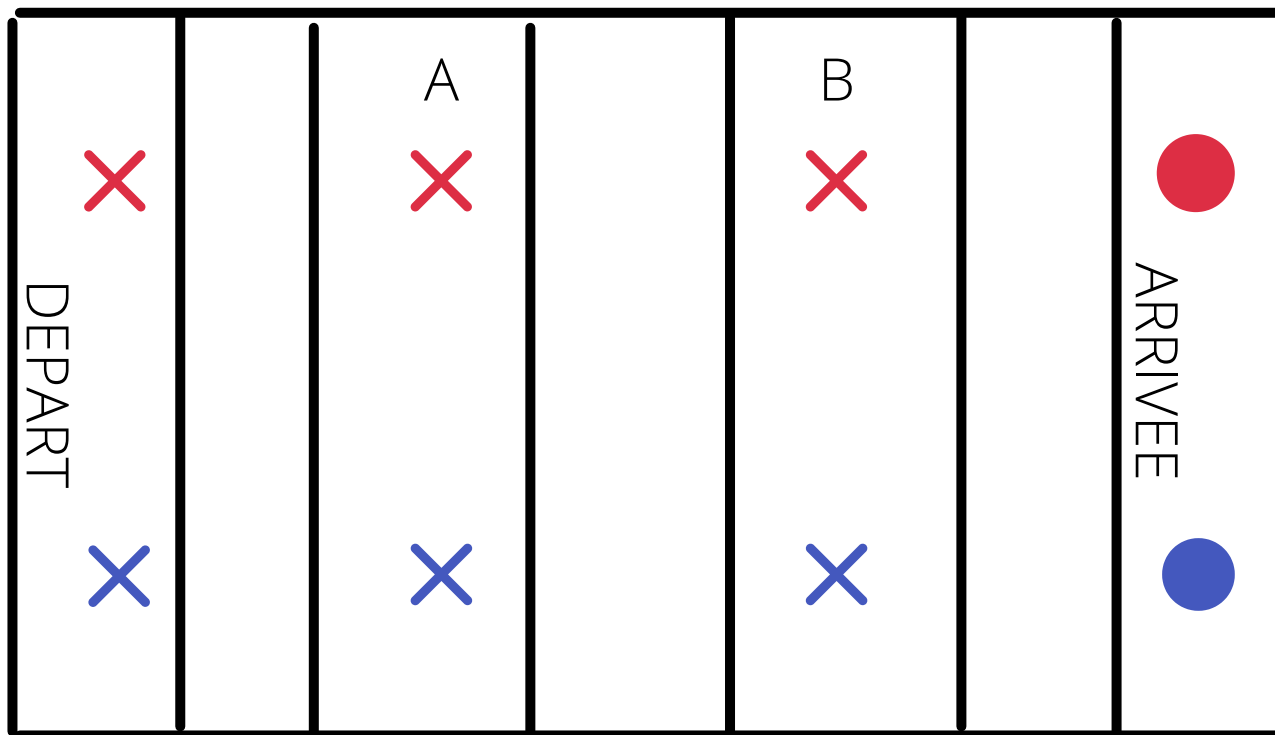
explications : Le passage du poursuivi (rouge) à la porte A déclenche le départ du chasseur (bleu) placé en B .
Le poursuivi ne peut ni s'arrêter, ni reculer et doit passer la porte C sans se faire deflaguer.

variantes : nombre de portes, passe d'engagement ou passe après la porte

fondamentaux travaillés : esquiver, deflagguer

SPORTS AMERICAINS

EXEMPLE DE SITUATION DE SEANCE DE CROSSE-CANADIENNE



but du jeu : amener toutes les balles dans la zone d'arriver

explications : Le joueur au départ ramasse une balle avec sa crosse et fait une passe au joueur de la zone A.

Le joueur A doit la rattraper au vol ou à terre dans la limite de sa zone puis faire une passe à B.

Le joueur B fait la même chose en passant la balle à l'arrivée. Le joueur de l'arrivée doit déposer la balle dans le cerceau. Une passe est faite si le joueur en face n'a plus de balle. Une balle hors zone est relancée de la zone où elle est tombée.

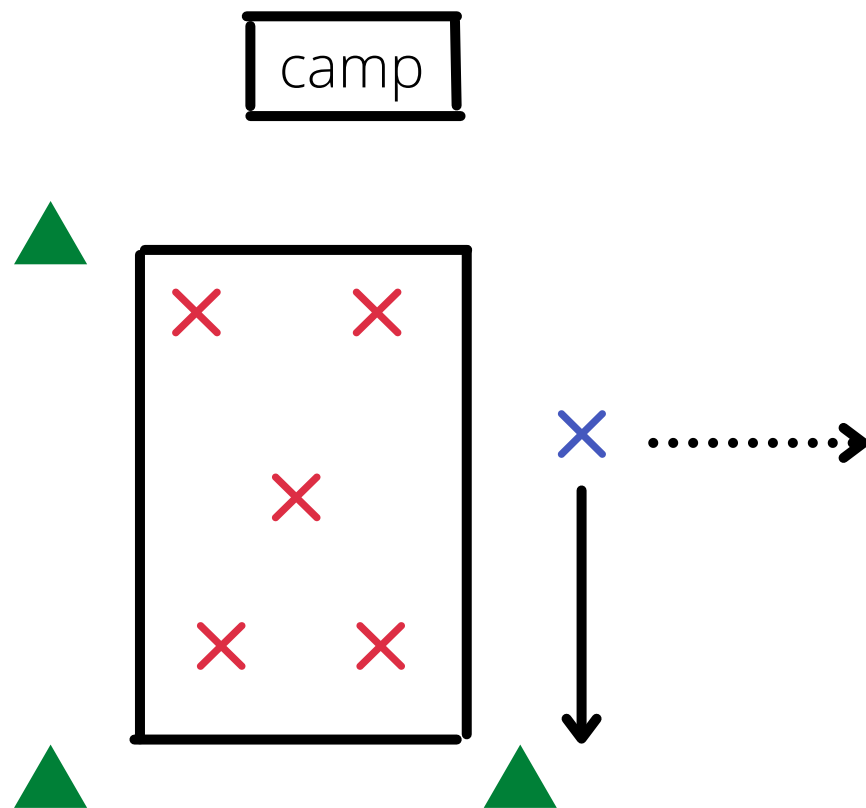
variantes : distance entre les zones, nombre de zone, cages

fondamentaux travaillés : manipuler la crosse, passe,

SPORTS AMERICAINS

EXEMPLE DE SITUATION DE SEANCE DE BASE-BALL

le chasse-coureur



but du jeu : arriver dans son camp et ramener la balle dans son camp pour les chasseurs

explications : Les chasseurs (rouge) doivent récupérer la balle et l'amener dans leur camp avant que le tireur n'ait rejoint son camp . Le tireur (bleu) doit taper dans la balle (mettre un tee au niveau des tireurs) et rejoindre son camp en passant par les plots verts

variantes : nombre de lanceur, nombre de balle

fondamentaux travaillés : lancer, réceptionner