

DIDACTIQUE DE L'EPS : OUTILS POUR LE HOCKEY SCOLAIRE / Classes de CM1-CM2

SEANCES	OBJECTIFS	REGLES INTRODUITES	EXERCICES
1	Présentation de l'activité et du matériel.	Comment tenir la crosse ? Les règles d'or : - jouer avec le côté plat. - ne pas monter la crosse plus haut que le genou. - pousser la balle. - ne pas jouer avec le pied.	- Jeu pour apprendre à tenir la crosse (échanger, poser et reprendre la crosse). - Conduite classique de la balle. - 1 contre 1 sur un terrain réduit.
2	Conduite de balle classique + Tenue de la crosse.	<u>Rappel des règles de la séance 1</u>	Echauffement Jeu du miroir - parcours - béret - 1 contre 1 sur un terrain réduit.
3	Conduite + Contrôle	<u>Rappel des règles de la séance 1</u>	Echauffement Jeu des statues - chacun sa maison - feu vert / feu rouge - 2 contre 2 sur un terrain réduit.
4	Contrôle + Pousser	<u>- Contrôler avant de pousser la balle.</u> <u>- Ne pas frapper dans la balle</u> - Zone pour marquer un but	Echauffement 1.2.3. soleil - par 2, passes et contrôles. - balles brûlantes - béret avec but - 3 contre 3, avec une zone offensive au milieu de terrain.
5	Conduite + Contrôle	- Jouer avec le côté plat. - Pour marquer il faut être dans la zone. - Présentation du terrain.	Echauffement Epervier - conduite indienne (expliquer en faisant passer une balle de par et d'autre d'une ligne.

			<ul style="list-style-type: none"> - slalom (plots et cerceaux). - parcours - 3 contre 3, avec une zone offensive à 3 m du but.
6	Tir au but et récapitulatif	- Rappel des règles d'or	<p>Echauffement</p> <p>Découverte du circuit d'évaluation.</p> <ul style="list-style-type: none"> - parcours (en autonomie) - tir au but avec gardien - 3 contre 3
7	Evaluation	- QCM arbitrage	<ul style="list-style-type: none"> - Evaluation individuelle sur le circuit de la séance 6. - Evaluation en jeu match 3 contre 3 (montante / descendante).

Laurent Massé / CPC EPS / Tours - centre

CYCLE DE HOCKEY

CYCLE 3 : CM1-CM2

1^{ère} Séance

Objectif : Présentation de l'activité

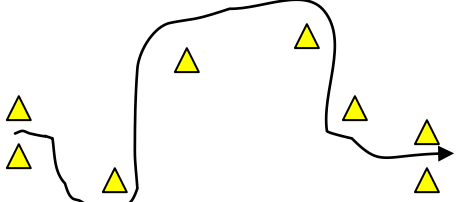
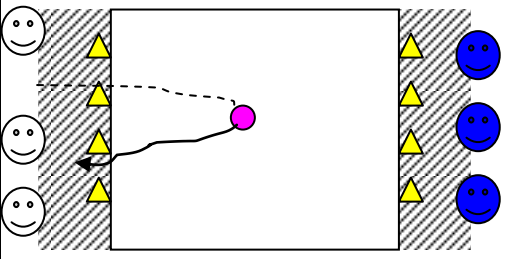
SITUATION	FORMES DE TRAVAIL	VARIABLES
<ul style="list-style-type: none">- Présentation du matériel hockey.- Tenue de la crosse : position des mains et du corps	<p>Poser les crosses. Au signal, en trotinant, aller toucher une ligne, puis reprendre sa crosse en main.</p>	
Conduite de balle	<ul style="list-style-type: none">- En dispersion, je me promène, balle collée.- Au signal, je pose ma crosse et je passe en sautant 4 fois par-dessus.- Suivre une ligne	Varier l'allure
1 contre 1	<ul style="list-style-type: none">- Sur terrain réduit avec des petits buts.- Engagement « terre-ciel-crosse » sur chaque but et sortie.- Ne pas signaler les fautes de pied.	

CYCLE DE HOCKEY

CYCLE 3 : CM1-CM2

2ème Séance

Objectif : Conduite de balle « Type classique ».

SITUATIONS	FORMES DE TRAVAIL	VARIABLES
<p><u>« Jeu du béret » (Echauffement)</u></p> <p>Les enfants sont par 2 (1 devant / 1 derrière). 1 seul dispose d'une crosse et d'une balle. Le joueur sans balle se déplace librement sur le terrain et l'autre enfant calque son déplacement sur son partenaire.</p>	<p>En binôme, en dispersion sur tout le terrain.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Inverser les rôles. - Chaque joueur dispose d'une crosse et d'une balle. - Varier les allures. - Installer des obstacles.
<p><u>« Le parcours imposé » :</u></p> <p>Conduire la balle en suivant le parcours.</p> <p>Balle collée à la crosse.</p>		<ul style="list-style-type: none"> - Varier l'allure au fur et à mesure des passages.
<p><u>« Le béret » :</u></p> <p>Règles du béret classique, une crosse à terre par enfant.</p> <p>Chacun prend sa balle.</p>		<ul style="list-style-type: none"> - Placer des portes par lesquelles les joueurs devront passer
<p>Match 1 contre 1</p>	<p>.</p>	

CYCLE DE HOCKEY

CYCLE 3 : CM1-CM2

3ème Séance

Objectif : Conduite et contrôle de balle.

SITUATIONS	FORMES DE TRAVAIL	VARIABLES
<p><u>«Jeu des statues»</u> (Echauffement) :</p> <p>Les enfants occupent tout l'espace de jeu en conduisant leur balle. Au signal, il faut s'arrêter en essayant de contrôler la balle.</p>	Individuellement, en dispersion sur tout le terrain.	
<p><u>« Chacun sa maison » :</u></p> <p>Conduire sa balle sur une partie de l'espace. Au signal, l'enfant doit se diriger en conduite de balle vers un cerceau. Au niveau de ce dernier, la balle doit être contrôlée.</p>	Individuellement	Retirer un cerceau à chaque tour ou imposer des couleurs pour les cerceaux.
<p><u>Parcours = feu vert – feu rouge :</u></p> <p>Conduire sa balle et passer entre les portes vertes, ou sinon contrôler et marquer un temps d'arrêt aux portes rouges.</p>	Individuellement	
<p><u>Le béret (avec cerceaux) :</u></p> <p>Avec 1 balle par enfant, en remplacement du foulard, chaque sujet dispose d'une crosse. Le joueur doit ramener la balle et la contrôler dans le cerceau.</p>		Mettre des portes
Match 2 contre 2		

CYCLE DE HOCKEY

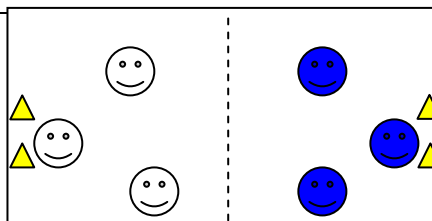
CYCLE 3 : CM1-CM2

4ème Séance

Objectif : Contrôler et pousser la balle

SITUATIONS	FORMES DE TRAVAIL	VARIABLES
<p>« <u>1, 2, 3 soleil</u> » (échauffement) :</p> <p>Conduire la balle et la bloquer lorsque le camarade, menant le jeu, se retourne. Les joueurs n'ayant pas réussi à bloquer la balle à temps, retournent au départ.</p> <p><i>Matériel :</i> 1 crosse + 1 balle par enfant.</p>		
<p><u>Passes et contrôles :</u></p> <p>Par 2 face à face (5 m)</p> <p>Se passer la balle → je contrôle et je passe.</p> <p><i>Matériel :</i> 1 crosse par enfant + 1 balle pour 2.</p>		
<p><u>Balles Brûlantes :</u></p> <p>2 équipes occupent chacune la moitié d'une zone délimitée par des plots.</p> <p>Au signal, pendant un temps donné (ex : 1 mn.), l'équipe qui a le moins de balle dans son camp a gagnée.</p>		<ul style="list-style-type: none"> - Temps de jeu - Nombre de balle - Obliger un contrôle
<p><u>Le béret :</u></p> <p>Règles du béret classique. 1 balle par joueur. Il faut passer la balle dans un but.</p>		

Match 3 contre 3 avec 2 zones offensives.

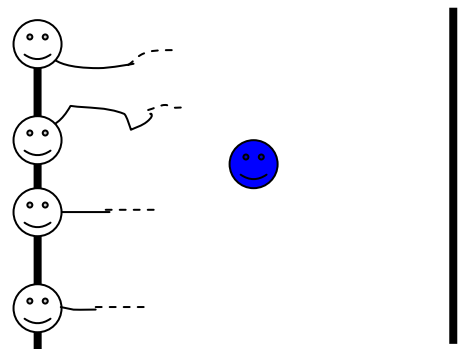
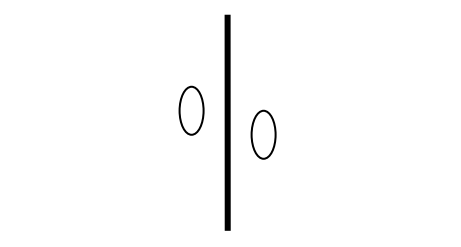
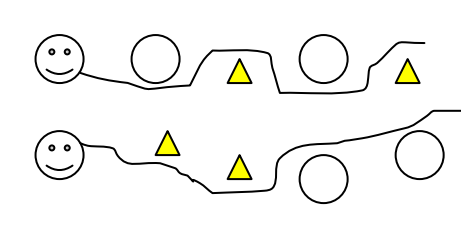
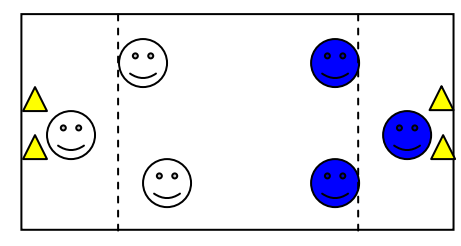


CYCLE DE HOCKEY

CYCLE 3 : CM1-CM2

5ème Séance

Objectif : Conduite alternée et contrôle de balle / découverte du terrain.

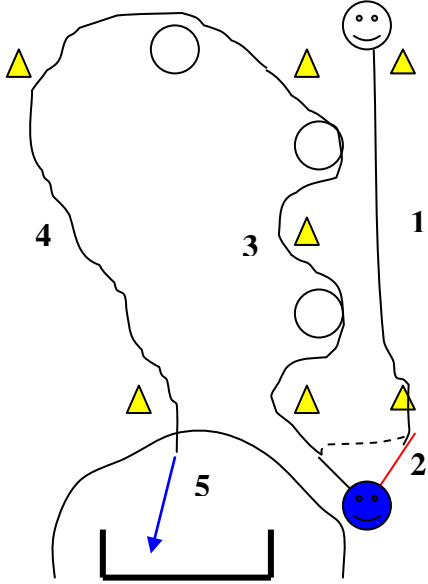
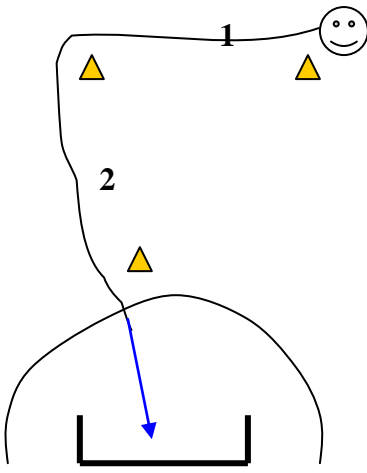
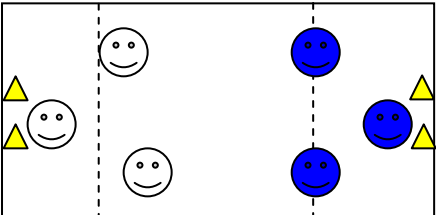
SITUATIONS	FORMES DE TRAVAIL	VARIABLES
<p>« <u>Epervier</u> » (Echauffement) :</p> <p>Quand l'épervier touche ma balle, je n'ai pas de point. Au bout de 10 passages, c'est celui qui a le plus de point qui gagne.</p>		<p>Prendre la balle et la faire sortir du terrain.</p>
<p><u>La conduite alternée :</u></p> <p>- En individuel, sur une ligne, les pieds de part et d'autre de la ligne.</p>		
<p><u>Slalome :</u></p> <p>Cerceau : je passe à droite.</p> <p>Plot : je passe à gauche.</p>		
<p><u>Parcours :</u></p> <p>Incluant des phases de conduite classique et des phases de conduite indienne.</p>		
<p>Match 3 contre 3 avec 2 zones offensives à 3 m devant les buts.</p>		

CYCLE DE HOCKEY

CYCLE 3 : CM1-CM2

6ème Séance

Objectif : Tir au but et récapitulatif

SITUATIONS	FORMES DE TRAVAIL	VARIABLES
<p><u>Découverte du parcours d'évaluation :</u></p> <p>1-Conduite classique en suivant la ligne. 2- Je passe et je reçois. 3- Conduite indienne : - Une cerceau, je passe à droite - Un plot, je passe à gauche 4- Accélération entre les 2 plots en conduite classique pour arriver dans la zone. 5- Tir au but à terre. Une fois que j'ai tiré, je prends la place du gardien de but.</p>		<p>Prendre la balle et la faire sortir du terrain.</p>
<p><u>Tir au but :</u></p> <p>4 ateliers :</p> <p>1- Les enfants partent en conduite classique, ils contournent le plot. 2- Continuent à pousser la balle en accélérant entre les 2 plots. Arrivé dans la zone, l'enfant tire au but pour marquer. Quand l'élève a tiré, il remplace le gardien de but.</p>		<p>- On peut rajouter un passeur entre les 2 plots. - Un passeur entre le but et le remplacement derrière la colonne.</p>
<p>Match 3 vs 3 avec 2 zones offensives à 3 m devant les buts.</p>		

CYCLE DE HOCKEY

CYCLE 3 : CM1-CM2

7ème Séance

Objectif : Evaluation

SITUATIONS	FORMES DE TRAVAIL	VARIABLES
<u>Evaluation individuelle</u> : - QCM sur les règles de l'arbitrage - Circuit de la séance 6	En classe. Sur le terrain.	
<u>Evaluation collective</u> : Match 3 contre 3 sous forme de montante / descendante. Les points sont attribués en fonction de la place.		