



Frisbee cycle 2.



Objectifs

- Découvrir la portance de l'air.
- Acquérir la précision du geste.

Compétences

- courir, faire voler un Frisbee.
- Savoir le lancer sur une cible immobile identifiée.
- Faire voler le Frisbee le plus loin possible, le plus droit possible.
- Lancer avec précision.
- Lancer à un partenaire.
- Réceptionner un Frisbee lancé par un partenaire.
- Evoluer sur un terrain, en équipes en se faisant des passes.

Matériel

- Un Frisbee pour 2 enfants. Ne pas acheter de disque en plastique dur, ils cassent au premier choc et peuvent être dangereux.
- Plots, cerceaux, poteaux amovibles...

Situation repère

Jeu de passes

Plusieurs équipes de 5 ou 6 joueurs évoluant en alternance.

Chaque équipe envoie un joueur en opposition dans une équipe adverse de son choix.

Sur un terrain adapté (handball), l'équipe en jeu se fait des passes en se déplaçant pendant un temps déterminé.

Chaque lancer/réception marque un point.

Chaque chute au sol et sortie de terrain de l'engin pénalise l'équipe de un point.

Chaque interception par le joueur adverse rapporte un point à son équipe.

Situation 1

Jouer avec l'air

Lieu de l'atelier : éviter les endroits trop exposés au grand vent qui déstabilise les disques.

Déroulement

Consigne : "Eloignez-vous les uns des autres et essayez de faire voler le Frisbee le plus longtemps possible.

"Les enfants sont 2/2 face à face, éloignés d'une dizaine de mètres. Le lanceur envoie son Frisbee sans consigne technique. Il doit trouver une solution efficace pour faire voler le disque.

Le receveur va chercher le disque tombé au sol et le lance à son tour.

Remédiations.

L'enfant prend le Frisbee à l'envers, la coupole est vers le bas : jouez avec le groupe en tant que simple joueur, prenez du temps pour lancer le disque. Si l'enfant persiste dans sa mauvaise manipulation, focalisez son attention sur votre propre prise, puis sur le lancer.

Regroupez les élèves et présentez l'objet, faites-les le décrire : la face creuse pour la circulation et la portance de l'air, alors que la face bombée ne peut pas "accrocher l'air".

Le receveur n'attrape pas le Frisbee : C'est l'occasion de découvrir d'autres trajectoires, déplacements, des variations de la vitesse et du vol. Il convient donc d'encourager l'enfant à tenter de l'attraper au vol.

Parcours imposé

. Sur un parcours balisé par des plots, des poteaux, un tracé à la craie, les enfants tentent de lancer leur engin afin qu'il retombe dans les limites. A chaque sortie du Frisbee, le lanceur relance de l'endroit où il a échoué. Réussir le parcours avec le moins de sortie possible.

Remédiation.

A chacun sa maison.

Sur le terrain sont disposés des paires de cerceaux de couleurs différentes. A chaque enfant est attribué une couleur. Au signal, les élèves doivent atteindre l'autre cerceau de même couleur en lançant leur Frisbee et le relançant à l'endroit du point de chute.

Le premier arrivé a gagné.

A chacun sa maison en équipe.

Par équipe de 4 ou 5, les élèves doivent rejoindre l'autre cerceau en se faisant des passes successives. Le Frisbee doit voler entre chaque enfant. En cas de chute au sol du Frisbee, ils doivent recommencer à partir du cerceau de départ.

Remédiation.

Jeu de passes.

Sur un espace non limité, les enfants par deux tentent de se faire des passes afin d'identifier la trajectoire du Frisbee pour que le partenaire puisse le réceptionner.

Situation 2

Lancer avec précision

Consigne : "Placez-vous, un par un dans l'aire de lancer. Ensuite, lancez le Frisbee vers la cible dessinée au mur.

- Les enfants sont répartis par groupe de trois. Un lanceur est dans l'aire de lancer muni d'un disque, les deux autres sont en arrière.
- Lorsqu'un joueur a lancé son Frisbee, il va le chercher et le donne au suivant qui n'en a pas.
- Plusieurs essais sont nécessaires avant d'organiser un comptage de points.
- Gains : 3 points si le Frisbee touche la cible. 2 points si le Frisbee atteint le mur. 1 point si le Frisbee est dans la direction du mur ou de la cible dans un couloir d'environ 5 mètres.

Remédiations.

Les enfants comme les adultes lancent d'emblée en revers. Il s'agit d'affiner le geste : prise entre le pouce et l'index et non avec tous les doigts. Mouvement du poignet en priorité plutôt que du bras, l'inclinaison de la main donnant la direction du Frisbee.

Si l'aspect ordinal du comptage des points n'est pas acquis, utilisez les jetons de couleurs (une couleur affectée à un nombre de points).

Parcours imposé avec lancers vers des cibles. Sur un parcours balisé par des plots, des poteaux, un tracé à la craie, des cibles au sol et aux murs (poteaux...) les enfants tentent de lancer leur engin afin qu'il retombe dans les limites. A chaque sortie du Frisbee, le lanceur relance de l'endroit où il a échoué. Réussir le parcours avec le plus de cibles atteintes et le moins de sortie possible.

Relais.

Plusieurs équipes en parallèle.

Les joueurs sont disposés dans des cerceaux. Ils tentent de faire circuler le Frisbee sur la longueur de leur terrain. Si l'engin n'est pas réceptionné par un joueur, le lanceur recommence.

L'équipe terminant la première a gagné.

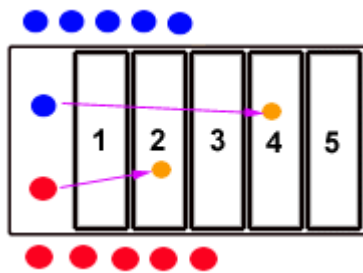
Situation 3

Le disque brûlant.

Deux ou plusieurs équipes. Lancer le Frisbee dans la zone la plus valorisée. Les points sont attribués au point d'impact du Frisbee à l'atterrissage.

Le total de points de chaque équipe est compté à chaque série de lancers.

Si le Frisbee tombe hors des limites, il ne rapporte pas de point. L'équipe qui a le plus grand nombre de point a gagné.



Lancer fort, lancer loin

Sur un demi-terrain de hand-ball (ligne jaune).

Consigne : "Essayer de faire voler votre Frisbee le plus loin que vous pouvez, si possible derrière la ligne où sont placés vos partenaires."

- Le groupe est divisé en deux sous-groupes ; l'un est placé à la ligne de fond du terrain, l'autre à la ligne médiane. La distance à parcourir est, dans le meilleur des cas de 22 mètres.
- Les enfants sur la ligne de fond ont un Frisbee à la main et sont espacés de 2 mètres environ. Au signal, ils lancent le disque selon la consigne initiale.
- Le groupe en attente sur la ligne médiane n'a pas le droit d'attraper le Frisbee de volée. Il faut les ramasser après avoir constaté les distances parcourues puis lancer à son tour.

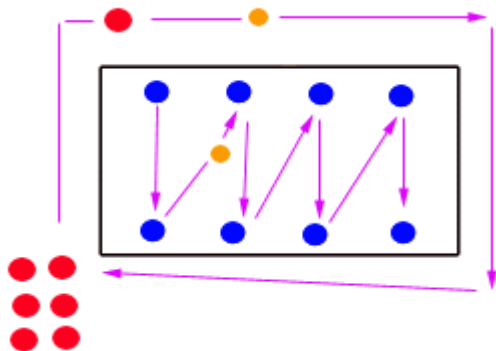
L'horloge.

Deux équipes. Une est disposée en zigzag sur le terrain et tente de se faire des passes sans faire chuter le Frisbee (=1 pt par passe).

Chaque joueur de l'équipe adverse doit, en relais, faire le tour du terrain. Le joueur en déplacement doit reprendre son Frisbee à l'endroit de la chute de celui-ci pour continuer son tour.

Le jeu s'arrête quand le dernier joueur a terminé son parcours.

Changer les rôles et compter le nombre de passes réussies par chaque équipe, celle ayant le plus de points a gagné.



Situation 4

La rivière.

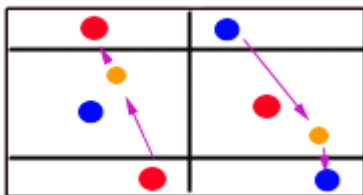
Plusieurs jeux en parallèle.

Les enfants sont par trois (deux partenaires, un adversaire). L'adversaire est dans la rivière et tente d'intercepter le Frisbee que s'envoient les deux joueurs.

Un point est attribué à chaque passe réussie et à chaque interception. Un point de pénalité est attribué à chaque fois que le Frisbee tombe hors des limites du terrain. Jeu au temps. Changer les rôles.

Evolution.

Deux équipes jouent en parallèle et envoient un joueur dans celle adverse.

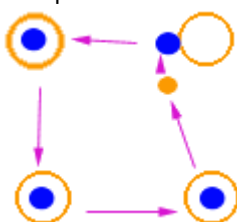


Le carré magique.

Quatre enfants sont disposés en carré, chacun dans leur cerceau respectif.

Le but est de faire circuler le Frisbee sur un maximum de tour sans le laisser tomber. Les enfants peuvent sortir du cerceau pour réceptionner le Frisbee mais doivent être dedans pour le lancer.

Faire plusieurs carré de jeu en même temps, le groupe qui réussit le plus grand nombre de tour a gagné.



Jouer en double

Déroulement

- Sur un terrain de volley, 2 équipes de 2 joueurs.
- Chaque équipe se place dans un carré. L'équipe A lance, B reçoit.

Règles.

- L'équipe A envoie le Frisbee dans le terrain adverse sans que l'équipe B n'intercepte de volée.
- La mise en jeu se fait par un lancer direct dans le camp de l'adversaire.
- Il est obligatoire, à chaque fois que le Frisbee est attrapé de volée, d'effectuer au moins une passe entre partenaires avant de lancer dans l'autre camp.

Gain de la partie.

- Le Frisbee touche le filet à la mise en jeu et tombe : l'équipe A donne le disque à l'équipe B. Pas de point marqué.
- Le Frisbee touche le filet en cours de jeu et tombe dans le camp A : B marque 1 point.
- Le Frisbee tombe à terre lors d'une passe entre 2 partenaires : L'équipe adverse ne marque pas mais obtient la mise en jeu immédiate.
- Le Frisbee sort du terrain lors d'un lancer de A vers B : B marque 1 point.
- Une partie se joue en 11 points.

