



Les participants apprennent et s'entraînent à envoyer et à recevoir un objet par-dessus un filet et dans un endroit désigné. Les participants apprennent et s'entraînent à défendre un espace de leur côté du filet. Cette activité est inspirée d'un jeu des Pieds-Noirs s'appelant Faire sauter le bâton.

### Installation

- Gymnase

### Matériels et équipement

- 1 ballon de volleyball par match
- 1 rouleau de ruban adhésif par groupe
- 3 bâtons plats (p. ex., bâtonnets de bricolage en bois) par groupe
- Poteaux et filet de volleyball

### Sécurité

Inspecter la zone d'activité et éliminer les dangers potentiels. Vérifier que la surface offre une traction suffisante. Délimiter le terrain à une distance sécuritaire des murs et des obstacles. Garder un espace sécuritaire entre les activités.

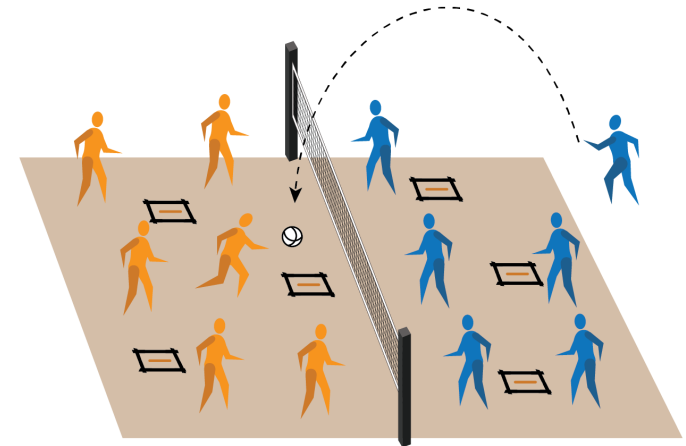
## Information sur l'activité

### Préparation

- Diviser les participants en groupes (p. ex., 6 à 8).
- Deux groupes jouent l'un contre l'autre. L'activité se déroule sur un terrain de volleyball.
- Chaque groupe délimite trois carrés avec un ruban adhésif. Les participants mettent un bâton dans chaque carré.

### Instructions

- L'activité commence en envoyant le ballon du côté adverse afin de frapper un des bâtons et le faire « sauter ».
- Le groupe recevant le ballon défend son espace en tentant d'empêcher le ballon de toucher au sol ou à un des bâtons.
- Lorsque le ballon touche au sol, le groupe qui l'a envoyé marque un point. Lorsque le ballon fait « sauter » un des bâtons, le groupe qui l'a envoyé marque 2 points.
- Le groupe qui a marqué le point effectue le service du ballon.
- Lorsqu'un point est marqué, les membres des deux groupes font une rotation de leur position.
- Les membres d'un groupe travaillent ensemble dans le but de marquer 10 points.
- L'animateur pose des questions ouvertes pour aider les participants à peaufiner leurs habiletés motrices et habiletés tactiques au cours de l'activité. En voici quelques exemples : Décrivez des stratégies que vous pouvez mettre en application avec les membres de votre groupe pour envoyer le ballon avec succès dans un des espaces ouverts ou sur un des bâtons. Décrivez des stratégies que vous pouvez mettre en application avec les membres de votre groupe pour défendre votre côté du terrain. Décrivez des façons de





## Adaptations

Les participants peuvent trouver eux-mêmes des façons de rendre l'activité plus facile ou plus difficile, pour la rendre amusante et atteindre un niveau de défi adéquat.

Pour la rendre plus facile, les participants peuvent :

- Attraper et lancer le ballon.
- Permettre au ballon de bondir une fois au sol avant qu'il soit renvoyé de l'autre côté.
- Réduire la surface du terrain.
- Augmenter le nombre de carrés et de bâtons.
- Utiliser un ballon plus léger ou plus gros (p. ex., ballon de plage).

Pour la rendre plus difficile, les participants peuvent :

- Augmenter la surface du terrain.
- Marquer des points seulement lorsqu'ils touchent à un bâton avec le ballon.
- Diminuer le nombre de carrés et de bâtons.
- Diminuer le nombre de participants au sein de chaque groupe.
- Se passer le ballon trois fois sur leur côté du filet avant de l'envoyer à l'autre groupe.
- Jouer avec plus d'un ballon.

## Pause apprentissage

Souligner les habiletés, concepts et stratégies aidant les participants à envoyer un ballon de manière efficace par-dessus le filet et vers un objet. Notez : cette liste n'est pas exhaustive et d'autres occasions d'apprentissage peuvent se présenter.

### Habiletés motrices et concepts liés au mouvement

- Locomotion et relation : savoir où se déplacer de façon à pouvoir faire la réception d'un objet et le renvoyer par-dessus un filet lorsque l'on joue avec d'autres participants (p. ex., se déplacer vers l'arrière du terrain lorsque le ballon arrive de haut dans les airs; se déplacer à un endroit optimal sur le terrain pour recevoir une passe).
- Manipulation et conscience de l'effort : utiliser une force appropriée pour envoyer un objet par-dessus un filet (p. ex., être en mesure de contrôler la force de l'élan de son bras lors de l'envoi d'un objet par-dessus un filet afin qu'il soit difficile pour l'adversaire de le renvoyer).

### Habiletés tactiques

- Conscience des tactiques : acquérir une compréhension des principes de l'activité (p. ex., savoir où et comment envoyer un objet par-dessus un filet pour marquer le maximum de points).

- Performance : mettre en pratique les habiletés, les techniques et les tactiques appropriées pour recevoir et envoyer un objet par-dessus un filet (p. ex., créer des stratégies pour qu'il soit difficile pour les adversaires de recevoir un objet, comme envoyer l'objet dans un espace ouvert).

### Habiletés de vie

#### Habiletés interpersonnelles

- Travailler en équipe en collaborant avec les autres participants pour envoyer l'objet par-dessus le filet pour marquer le maximum de points.

#### Habiletés de pensée critique et créative

- Faire une réflexion sur les différentes stratégies effectuées lors de la partie et les évaluer afin de créer une grande stratégie pour aider le groupe à remporter plus de succès ou ajouter plus de défi à l'activité ou la rendre plus amusante.

### Lien à la culture des Premières Nations

Faire sauter les bâtons était jouée traditionnellement par de jeunes garçons afin de s'entraîner à lancer pour la chasse. La précision et la vitesse de leurs lancers les préparaient pour la chasse au petit gibier. De plus, les bâtons et les marqueurs utilisés dans le jeu pouvaient être fabriqués à l'aide de matériel se trouvant facilement dans l'environnement, en faisant un jeu amusant et accessible à tous. Ce jeu est maintenant joué par tous les enfants.

## Similarité avec d'autres activités

Contient des aspects de :



## Directives canadiennes en matière d'activité physique

