



Les participants apprennent et s'entraînent à travailler en groupe pour envahir le territoire d'un autre groupe et toucher son cône pour marquer un but, tout en empêchant les adversaires d'en faire autant.

Installation

- Extérieur
- Gymnase

Matériels et équipement

- 1 balle de tennis par 2 groupes
- 1 cône par groupe

Sécurité

Inspecter la zone d'activité et éliminer les dangers potentiels. Vérifier que la surface d'activité offre une traction suffisante. Délimiter le terrain à une distance sécuritaire des murs et des obstacles. Garder un espace sécuritaire entre les activités. Rappeler aux participants de faire attention lorsqu'ils se déplacent et d'être conscients de l'espace personnel des autres. Leur rappeler qu'il n'y a pas de contact dans cette activité.

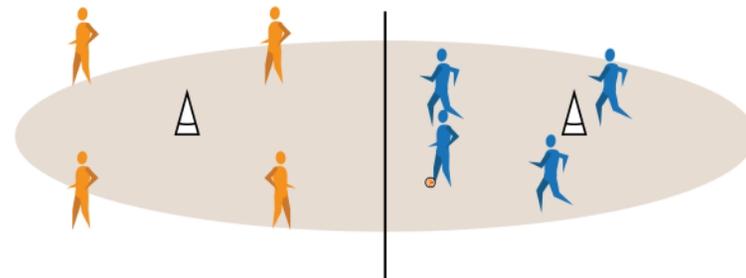
Information sur l'activité

Préparation

- Répartir les participants en petits groupes (4 à 6). 2 groupes s'opposent dans chaque match.
- Les participants de chaque match marquent une petite zone d'activité qu'ils divisent en 2, une pour chaque groupe.
- Chaque groupe utilise 1 cône au centre de sa zone en guise de but.

Instructions

- Chaque groupe essaie de marquer un point tout en collaborant pour défendre son but. Il n'y a pas de gardien de but.
- Pour marquer, un joueur doit toucher le cône de l'autre groupe avec la balle qu'il a frappée du pied.
- Quand un participant a marqué, l'équipe adverse prend possession de la balle.
- 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 une stratégie que vous pouvez appliquer pour garder le contrôle de la balle. Quand votre groupe est en possession de la balle, que pouvez-vous faire pour aider vos coéquipiers à pénétrer le camp adverse?





Adaptations

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

Pour la rendre plus facile, les participants peuvent :

- jouer avec des buts plus grands ou plus faciles à frapper (p. ex., faire tomber un ballon mou en équilibre sur le cône, créer un « filet » avec 2 cônes).
- faire rouler ou lancer la balle avant de passer au jeu au pied, afin que les participants puissent s'habituer au déroulement de l'activité.
- choisir l'objet qu'ils veulent envoyer (p. ex., poulet en caoutchouc, sac à fèves, ballon de plage).
- utiliser 2 ou 3 balles pour augmenter l'intensité de l'activité ainsi que les occasions de marquer.

Pour la rendre plus difficile, les participants peuvent :

- tenir l'objet pendant 2 ou 3 secondes avant de le passer ou d'essayer de toucher la cible.
- envoyer l'objet d'une façon différente (p. ex., avec le pied non dominant, à l'aide d'un objet).
- désigner une ligne derrière laquelle les participants doivent se trouver pour marquer 1 but.
- jouer à plus de 2 groupes à la fois en utilisant la totalité de l'espace (p. ex., 4 groupes jouent les uns contre les autres et essaient de marquer des buts contre les autres groupes tout en protégeant les leurs; les buts peuvent se trouver dans des coins de la zone d'activité).

Pause apprentissage

Souligner les habiletés, concepts et stratégies suivants pour aider les participants à collaborer pour envahir le territoire de l'autre équipe. Notez : cette liste n'est pas exhaustive et d'autres occasions d'apprentissage peuvent se présenter.

Habiletés motrices et concepts liés au mouvement

- Manipulation et conscience de l'effort : contrôler sa force pour frapper la balle et l'envoyer vers le cône ou à un autre membre de son groupe.

Habiletés tactiques

- Appliquer les habiletés et les stratégies nécessaires pour réussir à ce jeu de territoire (p. ex., créer un espace d'attaque en plaçant la balle à l'abri des défenseurs et utiliser toute la zone d'activité).

Habiletés de vie

Habiletés interpersonnelles

- Faire preuve de respect envers les adversaires et collaborer pour atteindre un objectif commun (p. ex., communiquer avec son groupe pour garder possession de la balle).

Habiletés de pensée critique et créative

- Analyser et évaluer les phases d'action de l'activité et prendre les décisions appropriées pour s'adapter aux défis (p. ex., jouer un rôle plus défensif quand l'adversaire envahit son territoire).

Similarité avec d'autres activités

Contient des aspects de :



Directives canadiennes en matière d'activité physique

