

# FUNdAMENTAL : UN BÂTON + 1 ANNEAU

L'unihockey des «grands» devient vite frustrant pour les «petits» qui font du ping pong avec la balle. Comme préalable, passons par des expériences de conduite, de passe, de tir avec un autre matériel ...



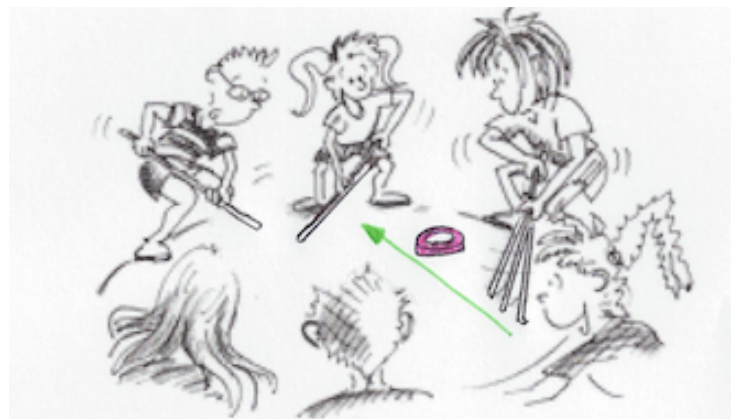
**Liaison canne +anneau permet de développer les habiletés suivantes :** la coordination main-œil; l'anticipation; le contrôle



Etre capable de voir le terrain, les coéquipiers et les adversaires tout en avançant ensemble  
**Esprit d'équipe**



**Jouer en sécurité : aide à accepter le duel**  
Extrémité bâton au sol.  
Aucun contact corporel  
Bruit de bois = interdit



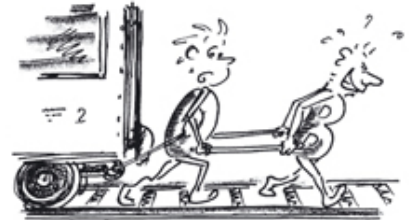
# ECHAUFFEMENT

## ENDURANCE

### **Tchou Tchou**

A et B se déplacent à travers la salle l'un derrière l'autre en tenant une canne dans chaque main

A ferme les yeux et se laisse mener par B.



### **Touche-à-tout**

Au signal, toucher dix cannes, à chaque fois avec une partie différente du corps



## RÉACTION

### **Hip Hop**

Former un cercle et placer les cannes verticalement devant soi. Au signal «Hip», tout le monde se déplace vers la gauche, à «Hop», vers la droite. Quel groupe réussit à maintenir toutes ses cannes en équilibre le plus longtemps?



### **Rapide comme l'éclair**

Face à face, à 2 m de distance environ. Au signal, lâcher la canne et rattraper celle du partenaire avant qu'elle tombe.





# CONDUIRE, PASSER L'ANNEAU SANS ADVERSAIRE

Ces jeux servent à apprendre aux joueurs à circuler avec un bâton. Il les familiarise avec le poids du bâton et la façon de tenir le bâton des deux mains.



## Circulez...

Distribuez les bâtons. Expliquez que les bâtons sont des lignes électriques, comme il y en a sur les autos tamponneuses dans les foires. Pour que le joueur avance, le bout de son bâton doit toucher le sol – si ce n'est pas le cas, le joueur s'immobilise. Demandez aux joueurs de se déplacer dans différentes directions sur la surface de jeu.



## Je promène « médor »

Anneau au bout de la canne. : Je me déplace dans différentes directions.

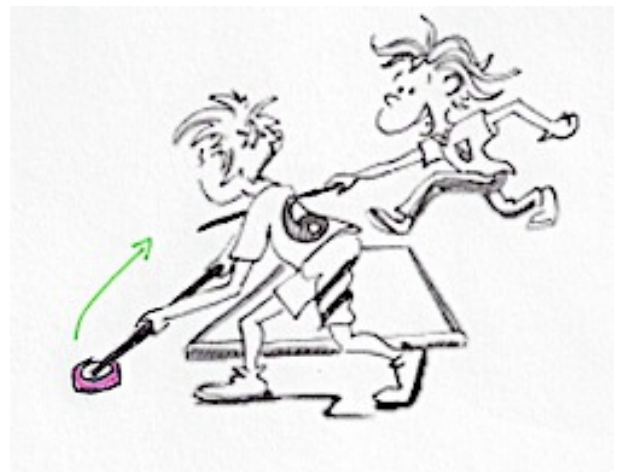
Attention : lever les yeux de l'anneau pour voir les



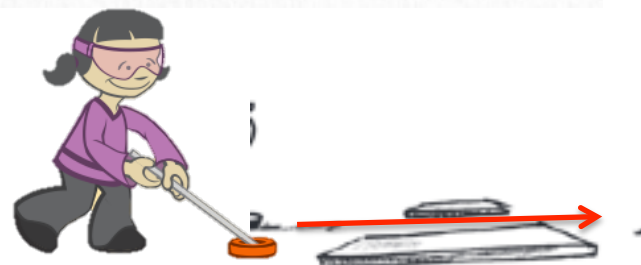
## L'îlot

A et B sont séparés par un obstacle (deux tapis)

Ils se passe l'anneau une fois à droite, une fois à gauche du tapis. (Passes en coup droit et revers.)

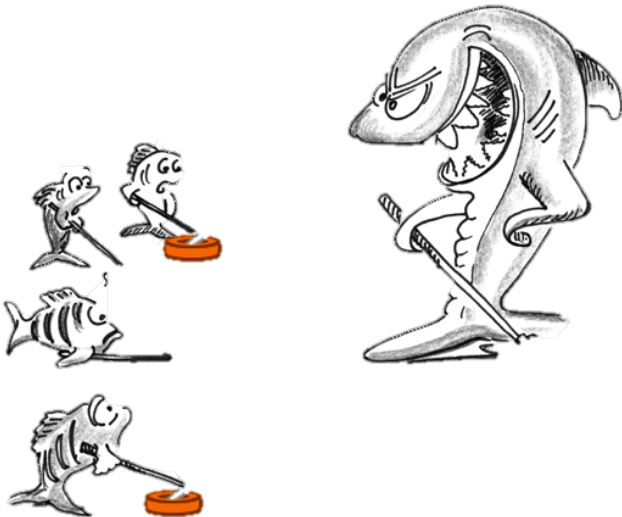


Variante : A et B échangent l'anneau dans un «couloir» délimité par deux tapis.



# AVEC ADVERSAIRE !

Ces jeux initient les élèves au maniement de l'anneau en gardant la tête relevée. En effet, il faut regarder où l'on va lorsque l'on transporte l'anneau d'un endroit à un autre sur la surface de jeu pour éviter les collisions.



## Les dents de la mer

Deux gardes se tiennent au milieu de la salle avec leur canne. Les joueurs ont pour mission d'aller chercher le trésor dans la demi-salle d'en face et de le ramener intact (sans qu'un des gardes ne le touche avec sa canne). Au retour les anneaux sont déposés dans un cerceau.

Si l'anneau a été touché, le joueur doit le ramener au départ avant de retenter sa chance.



**Attention ! Bruit de canne = Faute = Rendre l'anneau**

## Les oisillons et les aigles

Chasseurs = aigles : canne sans anneaux.

Chassés = oisillons : canne avec anneaux

Les chasseurs doivent stopper les oisillons en touchant l'anneau.

Si l'oisillon est touché il donne son anneau et devient chasseur.

Il y a des nids où les oisillons sont intouchables (cerceaux)



**Attention ! On ne peut pas y rester plus de 5 secondes dans cerceau.**

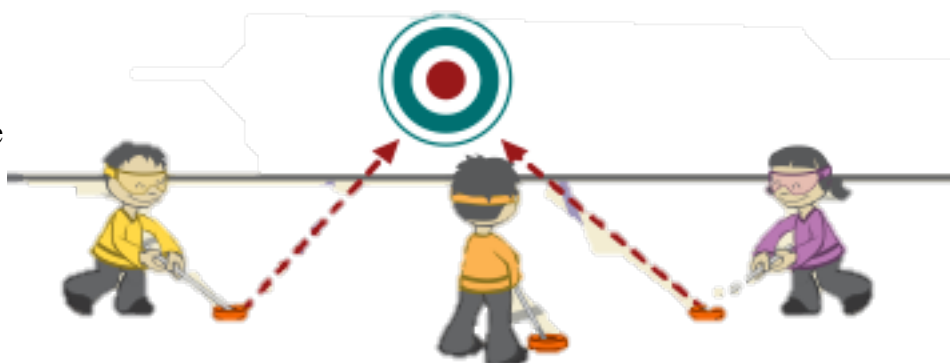
**Maximum 2 personnes. Si un oisillon arrive, je dois laisser la place.**

# TIRE

Dans ces jeux les enfants doivent effectuer des tirs précis et rapides. Nous pouvons rappeler aux joueurs de garder la tête relevée, de regarder la cible et de finir le mouvement avec le bâton en pointant la cible.

## Ping-pong

Le joueur doit enchaîner des frappes directes de l'anneau contre le mur, ou un banc renversé.



## Les quilles

Faire bouger les cônes (disposés sur une ligne) à l'aide des projections de l'anneau. L'équipe gagnante est celle qui aura fait bouger tous ces cônes avant l'autre.

Variante : A et B face à face d'échange l'anneau en faisant tomber les quilles.



# RETOUR AU CALME

## **Contorsionnistes**

Par deux: A et B tiennent chacun l'extrémité de deux cannes. Ils font une rotation complète autour de l'axe longitudinal pour se retrouver dans la position de départ.



## **Acrobate**

Tenir la canne en équilibre sur la paume de la main, d'abord horizontalement, puis verticalement. Sur place puis en se déplaçant.



## **Massage**

A faire rouler la canne le long du dos de B

