

## FooBaSKILL

Dans cette troisième leçon, les élèves découvrent la forme finale du jeu. Ils mettent en pratique de manière progressive tous les éléments du FooBaSKILL.

### Conditions cadres

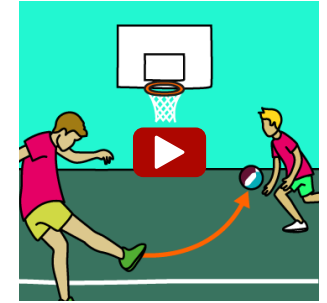
- Durée de la leçon: 90 minutes
- Tranche d'âge: 8-20 ans
- Degrés scolaires: primaire (dès 5H), secondaires I et II
- Niveaux de progression: débutants et avancés

### Objectifs d'apprentissage

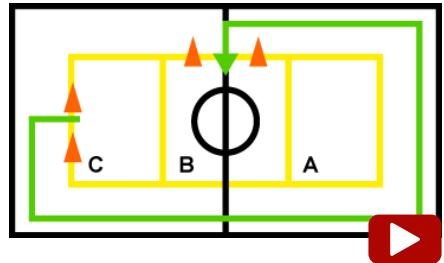
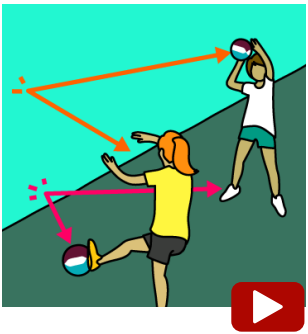
- Travailler la coordination du haut et du bas du corps.
- Etre capable de changer de sport au milieu de terrain (travail de transition).
- Comprendre et appliquer les règles du FooBaSKILL.

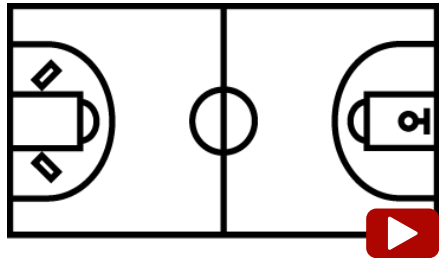
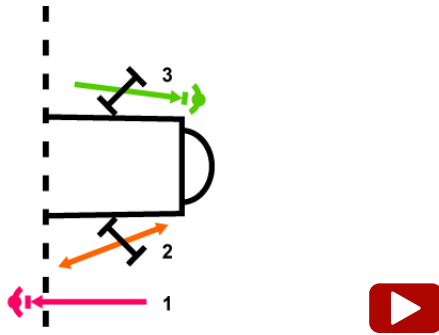
### Remarques

- Connaître le [règlement du FooBaSKILL](#).
- Utiliser un ou plusieurs cônes ou assiettes de marquage en l'absence de SKILLGoal.
- Possibilité de réaliser cette leçon sans caisson (voir [FooBaSKILL Outdoor](#)).
- Adapter les jeux et les durées indiquées selon le niveau du groupe.



|               | Thème/Tâche/Exercice/Forme de jeu  | Organisation/Illustration                                     | Matériel  |
|---------------|--|---|---|
| Mise en train | 5' <b>Ball Handling (maniement du ballon)</b><br>Les élèves se déplacent librement dans la salle en dribblant selon la consigne de l'enseignant (main droite, main gauche). Au coup de sifflet, ils changent de sport et conduisent le ballon du même côté (main droite, pied droit). Etc.<br><b>Plus difficile</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Alternier main/pied droit et main/pied gauche à chaque dribble.</li> <li>• Se déplacer en arrière.</li> </ul>   |   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Un SKILLTheBall par élève</li> </ul>                             |
|               | 10' <b>Whistle Change (réaction aux stimuli)</b><br>Les élèves se déplacent librement dans la salle en dribblant leur ballon. Lorsque l'enseignant donne: <ul style="list-style-type: none"> <li>• un coup de sifflet, ils échangent leur ballon avec un camarade;</li> <li>• deux coups, ils changent de sport;</li> <li>• trois coups, ils essaient de marquer un panier ou de frapper le ballon contre la paroi avec le pied selon le sport pratiqué.</li> </ul> <b>Variante</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Diviser la classe en deux: une moitié débute l'exercice en dribblant le ballon de la main, l'autre en le conduisant avec le pied. Lorsque l'enseignant siffle une fois, les élèves échangent leur ballon avec un camarade qui pratique l'autre sport. Lorsqu'il siffle deux fois, ils changent de sport.</li> </ul> |   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Un SKILLTheBall par élève</li> </ul>                             |
|               | 5' <b>Transition Hunt (jeu de chasse selon la zone)</b><br>Un sport défini par demi-terrain (BaSKILL et FooSKILL). Quatre chasseurs tiennent chacun un chasuble dans leur main et poursuivent leurs camarades. Tous se déplacent librement dans la salle, mais ils doivent dribbler leur ballon de la main ou du pied en fonction de la moitié de terrain dans laquelle ils se trouvent. Lorsqu'un élève est touché de la main par un chasseur, les rôles sont inversés.<br><b>Variante</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Au coup de sifflet de l'enseignant, la zone FooSKILL devient BaSKILL et vice-versa. Cela oblige les élèves qui ne se déplaceraient que dans une moitié de terrain à pratiquer l'autre sport.</li> </ul>   | Un élève touché par un camarade ne peut pas le retoucher.<br> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Un SKILLTheBall par élève</li> <li>• Quatre chasubles</li> </ul> |

|                   |     | Thème/Tâche/Exercice/Forme de jeu   | Organisation/Illustration   | Matériel  |
|-------------------|-----|---|---|---|
| Partie principale | 10' | <p><b>League Games (jeu des ligues)</b></p> <p>Les trois zones du terrain de volleyball correspondent chacune à une ligue (A, B et C). Tous les élèves débutent en ligue A. Si leur ballon sort des limites du terrain, ils descendent d'une ligue, s'ils remportent un duel avec un camarade, ils remontent d'une ligue. Un élève qui perd le contrôle de son ballon en ligue C doit effectuer trois quarts du tour de terrain pour rejouer en ligue B (sortie et entrée entre deux cônes).</p> <p><b>Formes de jeu</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Match de basketball pendant deux minutes.</li> <li>• Match de football pendant deux minutes.</li> <li>• Match de deux minutes avec alternance du sport toutes les 15 secondes (coup de sifflet de l'enseignant).</li> </ul>   | <p>Avec de grandes classes, répartir les élèves de manière équitable sur les trois terrains au début du jeu.</p>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Un SKILLTheBall par élève</li> <li>• Quatre cônes</li> </ul> |
|                   | 10' | <p><b>Coordination By Two (coordination à deux)</b></p> <p>Par deux à cinq mètres l'un de l'autre, chacun avec un ballon, les élèves effectuent différentes formes de passes d'abord sans les parois, puis avec celles-ci. L'enseignant choisit deux des trois exercices ci-dessous (pour respecter le timing):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Un élève adresse la passe par le haut (trajectoire horizontale), l'autre par le bas (avec rebond au sol). Au coup de sifflet de l'enseignant, les rôles sont inversés.<br/>Variante: Un ballon circule toujours par le haut (trajectoire horizontale) et l'autre par le bas (rebond au sol). Au coup de sifflet, les ballons inversent leur chemin.</li> <li>• Un élève adresse une passe horizontale à son partenaire; celui-ci lance son ballon en l'air, attrape et renvoie le ballon de son coéquipier, puis rattrape le sien.</li> <li>• Un élève adresse une passe avec les mains (trajectoire horizontale), l'autre du pied (passe au sol). Les deux ballons doivent arriver en même temps (arrêt avec les deux mains et de la semelle).<br/>Variante: Un élève lance le ballon uniquement avec les mains (trajectoire horizontale) et son partenaire frappe son ballon uniquement du pied. Au coup de sifflet de l'enseignant, les rôles sont inversés.</li> </ul> <p><b>Plus facile</b></p> <p>Avec un seul ballon par paire.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Passes horizontales ou avec rebond à deux mains. Changement de types de passe à chaque coup de sifflet.</li> <li>• Passes du pied et arrêts de la semelle.</li> <li>• S'adresser une passe (trajectoire verticale), puis lancer le ballon à son partenaire (trajectoire horizontale).<br/>Variante: Idem, mais en effectuant un tour complet sur soi-même avant de rattraper son propre ballon.</li> </ul> | <p><b>Conseils</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 1<sup>er</sup> exercice: le rebond du ballon de la passe par le bas doit se faire aux deux tiers de la distance.</li> <li>• 2<sup>e</sup> exercice: les élèves doivent attendre que leur partenaire leur lance le ballon avant d'envoyer le leur à la verticale.</li> <li>• 3<sup>e</sup> exercice: pour simplifier la passe du pied, les élèves roulent le ballon avec la semelle.<br/>Le rythme est donné par l'élève qui fait la passe du pied.</li> </ul> <p>Tous ces exercices doivent être effectués finalement contre une paroi!</p>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Un SKILLTheBall par élève</li> </ul>                         |

|                   | Thème/Tâche/Exercice/Forme de jeu  | Organisation/Illustration   | Matériel   |
|-------------------|--|---|--|
| Partie principale | <p>45' <b>FooBaSKILL</b></p> <p>Deux équipes de quatre joueurs s'affrontent sur un terrain selon les règles du FooBaSKILL (niveaux «débutants» ou «avancés»). Rappeler en particulier la règle concernant le changement de sport (c'est la position du ballon qui fait foi). Disputer trois matches de 10 minutes.</p> <p><b>Exemple:</b> Avec une classe de 16 élèves, former deux équipes de huit joueurs divisées en deux blocs. Changer de blocs toutes les deux minutes trente et de sport après cinq minutes.</p> <p><b>Variantes</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lorsqu'une équipe réussit un tir à trois points, les rôles s'inversent. Elle conserve la possession du ballon et attaque selon les règles de l'autre sport.</li> <li>• Avec deux SKILLGoal posés sur le sol et la ligne de fond en lieu et place des deux caissons (<a href="#">FooBaSKILL Outdoor</a>). L'attribution des points pour le BaSKILL est identique à celle du jeu officiel. Elle dif-fère en revanche pour le FooSKILL: <ul style="list-style-type: none"> <li>– Un point: passe d'un joueur situé devant la ligne de fond à un coéquipier qui arrête le ballon de la semelle derrière la ligne de fond.</li> <li>– Deux points: but par l'avant ou l'arrière d'un SKILLGoal.</li> <li>– Trois points: but par l'avant ou l'arrière d'un SKILLGoal et réception par un coéquipier qui arrête le ballon de la semelle. Si un défenseur stoppe le ballon de la semelle avant l'attaquant, seuls deux points sont attribués.</li> </ul> </li> </ul> | <p>Pour disposer d'équipes équilibrées, aligner les footballeurs, les basket-teurs et finalement les autres élèves, puis les numéroter en fonction du nombre d'équipes.</p> <p>Attribuer un rôle d'arbitre ou de juge à quatre ou cinq élèves en pause.</p> <p>Exercice de base</p>  <p>Deuxième variante</p>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Un SKILLTheBall</li> <li>• Plusieurs jeux de chasubles</li> </ul> |
| Retour au calme   | <p>5' Demander aux élèves de qualifier leur première expérience au FooBaSKILL avec un mot ou un adjectif.</p>  |   |  |