

Leçon

Tirer

Les enfants aiment marquer des buts. L'unihockey ne déroge pas à cette règle! Durant cette leçon, les enfants apprennent les éléments décisifs pour tromper le gardien adverse.

Conditions cadres

Durée: 45 minutes

Degré scolaire: primaire (1^{re} à 6^e année)

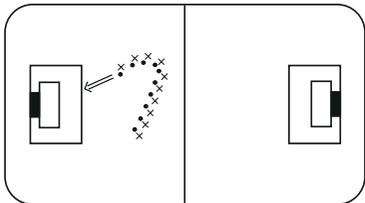
Objectifs d'apprentissage

- Expérimenter l'accélération de la balle
- Etre capable de tirer à ras du sol ou en hauteur dans le but
- Engranger des expériences positives en marquant des buts

Indications techniques

- Idéalement, le joueur se tient perpendiculairement à la direction du tir, la balle devant le corps.
- La main inférieure conduit le mouvement de la canne.
- Balle en contact permanent avec la palette ou accélérée par un seul contact.
- Accélérer la balle et la «libérer» en avant du corps.
- Prise plutôt large, mais variable en fonction du type de tir.
- Lors du tir, regard dirigé vers l'avant en direction de la cible.
- Bloquer la canne à la hauteur des hanches lors de la phase d'élan et à la fin du tir.

		Exercice/Forme de jeu/Forme de concours	Organisation/Illustration	Matériel
Partie principale	Mise en train	5' Cannes en équilibre Les joueurs tiennent la canne en équilibre sur différentes parties du corps (pied, paume ou dos de la main, tête, nez, coude, doigts, etc.). Qui peut se tenir en équilibre sur la canne posée au sol? Variante <ul style="list-style-type: none"> • Les joueurs tiennent la balle en équilibre sur la palette. Ils peuvent l'y déposer avec la main. Plus difficile <ul style="list-style-type: none"> • Avec la balle sur la palette, les enfants effectuent un parcours d'obstacles (bancs, slalom, etc.). 		Une canne par enfant, divers agrès
		10' Jeu de quilles Tous les joueurs déposent une massue sur le sol de la salle. On joue avec trois ou quatre balles. Chaque enfant essaie de renverser une massue adverse tout en protégeant la sienne. Seules les massues renversées avec la balle comptent! Celui dont la massue a été visée effectue un gage avant de remettre sa cible en place et de reprendre le jeu. Variante <ul style="list-style-type: none"> • Former des équipes. 		Trois à quatre balles d'unihockey, massues
		10' Lunapark Les groupes essaient de renverser différents objets placés sur des bancs (ballons de volleyball, massues, cônes, etc.) grâce à des tirs ciblés. Variantes <ul style="list-style-type: none"> • Les objets sont placés directement sur le sol. • Les bancs sont placés contre le mur de manière à ce que les balles ne traversent pas tout le terrain. • Limiter le nombre de tirs par équipe. • Imposer le type de tir. 		Bancs suédois, cibles (ballons de volleyball, massues, cônes, etc.)

		Exercice/Forme de jeu/Forme de concours	Organisation/Illustration	Matériel
Partie principale	5'	<p>Serpent tireur</p> <p>Les enfants se suivent en dribblant leur balle. Soudain, le meneur court en direction du but et tire. Les joueurs suivants font de même. Changer de meneur pour la suite.</p> <p>Variantes</p> <ul style="list-style-type: none"> • Imposer plusieurs types de tir. • Augmenter ou réduire la distance. 		
	15'	<p>Jeu en continu</p> <p>Jeu à trois contre trois. Dès qu'une équipe a encaissé un but, elle laisse sa place aux trois premiers joueurs sur la touche, prêts à entrer sur le terrain à tout moment. Le jeu se poursuit sans engagement (bully).</p>		
Forme de jeu				