|  |  |
| --- | --- |
| **Matière :** | Éducation physique |
| **Titre :** | Introduction au maniement du bâton |
| **Année :** | 3e année |
| **Objectif :** | Les élèves apprendront les habiletés nécessaires pour le maniement du bâton soit comment tenir correctement le bâton, contrôler la rondelle ou la balle, et la sécurité. |
| **Liens avec le curriculum :** | * Pratiquer des jeux sportifs et montrer qu’ils sont conscients des éléments d’espace, d’effort et de relations. * Réagir à une variété de stimuli afin de créer des enchaînements locomoteurs. |
| **Matériel :** | * Bâtons de hockey cosom * Balle ou rondelles de hockey cosom |
| **Activité :** | 1. Montrer aux élèves comment tenir un bâton de hockey – main dominante à la l’extrémité (pomme) du bâton avec les doigts vers l’intérieur, la main non dominante au milieu (8 à 12 pouces bas) du bâton avec les jointures à l’extérieur. 2. Rappeler aux élèves que la lame du bâton doit toujours rester basse et ne doit jamais aller au-dessus de leurs genoux. 3. Faites une démonstration. Les élèves s’exercent ensuite au maniement du bâton de façon contrôlée en position stationnaire. Il s’agit d’une série de courts élans sur le coup droit et le revers. La rondelle ou balle doit être maintenue suffisamment loin des pieds, mais moins d’une foulée devant. 4. Lorsque les élèves sont prêts, ils commencent à bouger (en marchant d’abord et en joggant lentement par la suite) tout en gardant le contrôle de la rondelle ou de la balle. 5. Jeu du **changement de direction**: les élèves sont répartis dans le gymnase (chacun avec une rondelle ou balle et un bâton). Demandez-leur de changer de direction en énonçant des consignes à voix haute (droite, gauche, en avant). Les élèves devraient se concentrer sur le contrôle de la rondelle ou de la balle. |
| **Renforcement :** | * Ajouter des « attaquants » durant le jeu du **changement de direction.** Les « attaquants » essaient de faire perdre la rondelle aux joueurs en la délogeant de leur bâton. * Les élèves travaillent à augmenter leur vitesse de maniement du bâton tout en prenant garde de ne pas effectuer de mouvements brusques. |
| **Évaluation :** | * Participation et observation durant le cours. |