



L'ULTIMATE



Dossier EPS

INTRODUCTION

Ce sport collectif est apparu aux Etats-Unis dans les années 1950. Après la seconde guerre mondiale, en 1946, un jeune américain, se souvenant que les étudiants sur leur campus jouaient avec les moules à gâteau en aluminium d'une entreprise de pâtisserie (la Frisbie Pie Company), va profiter de l'apparition de la matière plastique pour mettre au point le disque volant. Ce jeu prit un tel essor que la firme de jouets WHAM'O racheta le brevet, « lança » le frisbee après en avoir modifié l'orthographe. Dès 1967, des règlements furent édictés pour plusieurs disciplines de frisbee dont l'ultimate.

L'ultimate est une activité pratiquée par de plus en plus de monde. Cet essor se retrouve également dans les écoles. En effet, cette APS est riche d'un point de vu éducatif et moteur. Il est ainsi intéressant pour l'enseignant de la mettre en place dans sa classe.

Présentation de la séquence :

Séance 1 : Jeux de lancers, prise en mains de l'outil

1° Ateliers :

- a) Le disque brûlant p 4
- b) Lancer sur cibles verticales et / horizontales p 5
- c) La pétanque p 6

2° La rivière aux crocodiles p 7

Séance 2 : Jeux de lancer, rattraper, prise en mains de l'outil

1° Ateliers

- a) Les tirs au but p 8
- b) Le carré magique p 9

2° L'horloge p 10

Séance 3 Etude des règles du jeu et mise en application

1° Etude des règles par la vidéo p 11

2° Situation de référence p 12

Séance 4 : Travail au point de vue technique, en collaboration

1° Ateliers :

- a) Lancer le plus loin possible p 13
- b) Lancer droit p 14
- c) Lancer avec précision p 15
- d) Recevoir le frisbee p 16

2° Passe et suit p 17

Séance 5 : Travail du pied de pivot

1° Le carré magique adapté : le pied de pivot p 18

2° Le toro p 19

Séance 6 : Progresser vers l'avant

1° Progresser vers l'avant sans opposition P 20

2° Situation de référence P 20

Séance 7 : Evaluation formative

Situation de référence P 21

Séance 8 : Le démarquage

1° Deux contre un P 22

2° Deux contre deux P 23

3° Situation de référence

P 23

Séance 9 : Le rôle de défenseur

1° Deux contre un

P 24

2° Deux contre deux

P 25

3° Situation de référence

P 25

Séance 10 : S'opposer, se démarquer

1° Progresser vers l'avant avec opposition

P 26

2° Les quatre camps

P 27

3° Situation de référence

p 27

Séance 11 : Evaluation finale

Situation de référence

p 28

Séance 1
Jeux de lancers, prise en mains de l'outil

Compétence(s) spécifique(s) :

- s'affronter individuellement ou collectivement

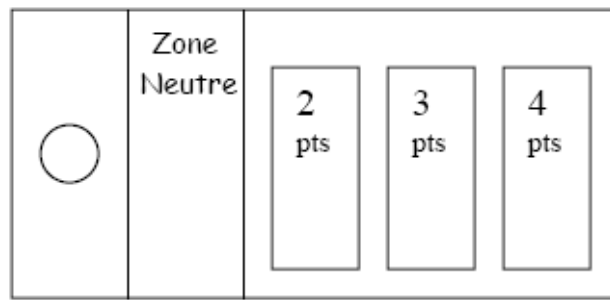
1° Ateliers :

a) Le disque brûlant

But : faire voler son frisbee et le faire atterrir sur un des tapis ou dans une zone.

Matériel : 5 frisbees, un cerceau, des tapis ou cônes pour délimiter des zones.

Dispositif :



Organisation : 1 lanceur, 1 arbitre, 1 réceptionneur, 1 joueur en attente. Le lanceur envoie successivement les 5 frisbees. L'arbitre comptabilise les points obtenus à chaque série. Les points sont attribués en fonction du point d'impact du frisbee.

Critère de réussite : Obtenir au moins 5 points.

Variable : Envoyer plusieurs fois de suite sur le même tapis.

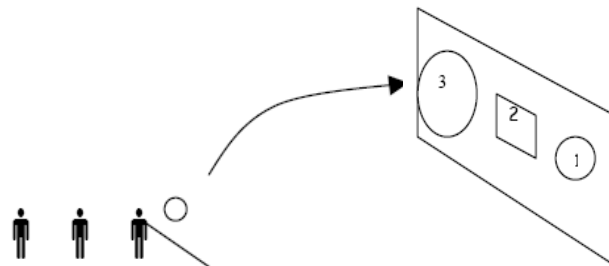
b) Lancer sur cibles verticales et / horizontales

Les cibles verticales

But : Atteindre différentes cibles verticales.

Matériel : cibles sur support ou dessinées au mur, 5 frisbees par groupe.

Dispositif :



Déroulement : Chaque élève dispose de 5 lancers, les autres sont placés de chaque côté des cibles et collectent les frisbees.

Critère de réussite : Réussir un maximum de points.

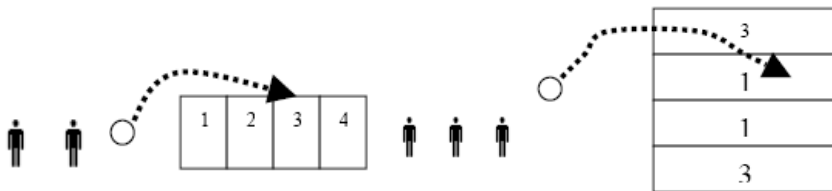
Variables : Augmenter ou diminuer les distances.
Prendre en compte le nombre de points de l'équipe.

Les cibles horizontales

But : Atteindre différentes cibles horizontales.

Matériel : cibles tracées au sol, 5 frisbees par groupe.

Dispositif :



Déroulement : Chaque élève dispose de 5 lancers, les autres sont placés de chaque côté des cibles et collectent les frisbees.

Critère de réussite : Réussir un maximum de points.

Variables : Augmenter ou diminuer les distances.
Prendre en compte le nombre de points de l'équipe.


c) La pétanque

But : Placer son frisbee le plus près possible du cochonnet (anneau, palet...)

Matériel : 1 frisbee par joueur, un cochonnet (anneau, palet).

Dispositif :



 cochonnet

Organisation : Les enfants sont par deux. Chacun des joueurs lance son frisbee.

L'enfant qui se trouve le plus près remporte 1 point et renvoie le cochonnet de la zone de lancer.

Gain de la partie : Le premier joueur rendu à 10.

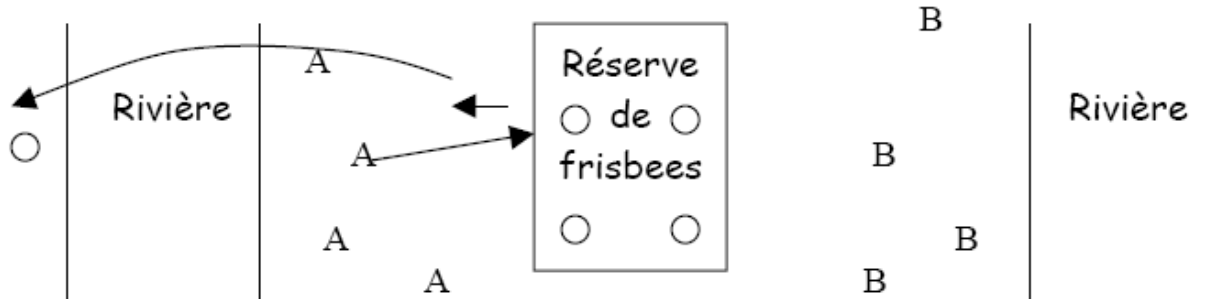
Critère de réussite : Obtenir au minimum 4 point

2° La rivière aux crocodiles

But : Lancer le plus possible de frisbees au-delà d'une limite.

Matériel :frisbees souples ou éventuellement des assiettes en carton, craies ou cônes pour délimiter.

Dispositif : La classe est partagée en 3 groupes : 2 jouent et un observe.



Déroulement: Au signal, les enfants courent récupérer un frisbee placé dans la réserve et essaient de l'envoyer au-delà de la rivière infestée de crocodiles.

La partie s'arrête quand la réserve est vide. Chaque frisbee lancé au-delà de la rivière rapporte un point.

Critère de réussite : Obtenir plus de points que l'équipe adverse.

Séance 2

Jeux de lancer, rattraper, prise en mains de l'outil

Compétence(s) spécifique(s) :

- s'affronter individuellement ou collectivement

1° Ateliers :

a) Les tirs au but

But : Pour les gardiens, empêcher l'attaquant de marquer. Pour les lanceurs, marquer le plus de buts.

Matériel : 1 frisbee pour 2, 2 plots par binôme.

Organisation : Les plots sont disposés afin de représenter des buts. Un élève se place entre les plots : le gardien, et le lanceur se place à 5 m des buts.

Le lanceur a pour objectif de marquer des buts au gardien. Pour cela il a 10 lancers. Le gardien doit, de son côté, rattraper le frisbee sans que celui-ci tombe par terre.

Après les 10 lancers, changement des rôles.

Gain de la partie : Le joueur qui a marqué le plus de buts.

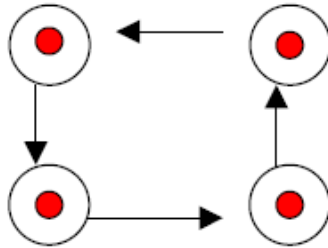
Variables : Taille des buts,
Distance au but

b) Le carré magique

But : Faire circuler le frisbee sans le faire tomber, le plus vite possible.

Matériel : 4 cerceaux par équipe, 1 frisbee.

Dispositif :



Organisation :

Quatre enfants sont disposés en carré, chacun dans leur cerceau respectif.

Les enfants peuvent sortir du cerceau pour réceptionner le frisbee mais doivent être dedans pour le lancer.

Faire plusieurs carrés de jeu en même temps.

Un élève peut être désigné pour compter le nombre de tours effectués.

Le tour est annulé si le frisbee tombe par terre.

Critère de réussite : Réaliser le plus grand nombre de tours en 1 temps donné. Si le frisbee tombe, on annule le tour en cours.

Variables : Augmenter ou réduire les distances.

Jouer avec 2 frisbees à 8

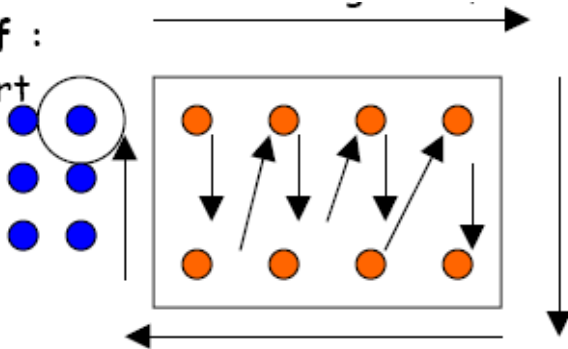
2° L'horloge

But : Pour les coureurs, réaliser en relais le plus de tours possibles. Pour les lanceurs/receveurs, se transmettre le frisbee le plus rapidement possible.

Matériel : un terrain rectangulaire, des cerceaux, un frisbee

Dispositif :

Départ



● Lanceur/receveur
● Coureur

Déroulement : Deux équipes . Une est disposée en zigzag sur le terrain (les lanceurs), chaque joueur dans un cerceau. Ces élèves tentent de se faire des passes sans faire chuter le frisbee (1 point par passe réussie). Lorsque le frisbee est parvenu au dernier joueur, celui-ci le renvoie à l'avant dernier et ainsi de suite (aller et retour).

Pendant ce temps, chaque joueur de l'équipe adverse (coureurs) doit faire le tour du terrain et passer ensuite le relais.

Le jeu s'arrête quand le dernier coureur a terminé son parcours.

Les équipes changent ensuite de rôle.

Gain de la partie : L'équipe qui a réussi le plus de passes.

Variables : Augmenter ou diminuer la distance entre les lanceurs.

Attribuer 1 point uniquement quand le frisbee ne tombe pas à terre, au cours d'un aller d'un retour.

Séance 3

Etude des règles du jeu et mise en application

Compétence(s) spécifique(s) :

- s'affronter individuellement ou collectivement

Avoir compris et retenu :

- que l'on peut acquérir des connaissances spécifiques dans l'activité physique et sportive (sensations, émotions, savoirs sur les techniques de réalisation d'actions spécifiques...),
- des savoirs précis sur les différentes activités physiques et sportives rencontrées.

1° Etude des règles par la vidéo.

But : Identifier les règles de l'ultimate à partir d'une vidéo.

Matériel : Vidéo d'un match d'ultimate.

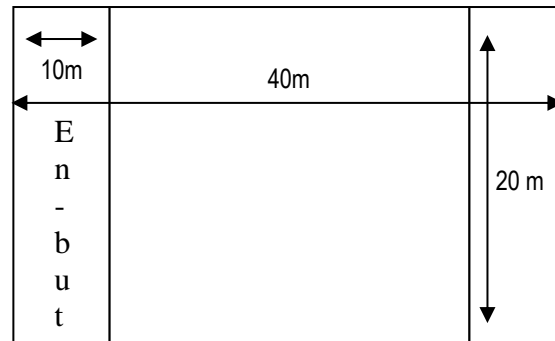
Organisation : Les élèves visionnent la vidéo sur un match d'ultimate et essaient de repérer les règles de l'activité et les gestes spécifiques à celle-ci.

Les remarques des élèves sont notées au tableau et l'enseignant les complète, par la suite, par les principales règles qui régissent l'activité (cf. page suivante).

2° Situation de référence

Descriptif :

- Terrain de 40 X 20 m (environ)
- 2 zones d'en-but de 10 m
- 2 équipes de 7 joueurs (+ remplaçants)
- Matériel : 1 frisbee (diam. 25 cm 130 à 150 gr)
- 1 jeu de chasubles



But du jeu :

- Amener le frisbee, par passes à la main uniquement et malgré l'opposition des joueurs de l'équipe adverse, pour réaliser une dernière passe à un partenaire dans sa zone d'en-but et marquer 1 point.

Gain de la partie :

- Meilleur score sur un temps défini : 2 x 7' / 8'

Esprit du jeu :

- Faire circuler le frisbee le plus rapidement possible
- S'auto arbitrer

Lancement du jeu :

- Au début de la partie et après chaque point marqué, les joueurs se placent chacun dans une zone d'en-but.
- Après avoir marqué dans une zone d'en-but, l'équipe qui a marqué engage le jeu à partir de cette zone pour attaquer l'autre zone d'en-but.
- Les équipes engagent une mi-temps chacune à tour de rôle.

Engagement :

- Le lanceur et un joueur de l'équipe adverse lèvent un bras pour signaler que leur équipe est prête à jouer. Le frisbee est alors lancé le plus loin possible vers la zone d'en-but d'attaque. Après ce jet, les joueurs peuvent investir tout le terrain. L'équipe qui reçoit le frisbee s'organise pour le faire progresser vers sa zone d'en-but d'attaque.

Validité d'un but :

- La passe de volée doit être maîtrisée par un partenaire à l'intérieur de la zone d'en-but attaquée
- Dans un premier temps, un joueur peut rester fixe dans la zone d'en-but.

Arrêts et remises en jeu :

- Lorsqu'un joueur crie "faute", le jeu s'arrête et les joueurs s'immobilisent. Le frisbee est confié à l'équipe adverse du ou des joueurs qui provoquent l'arrêt de jeu :
- Pour une sortie de jeu du frisbee, il est remis en jeu derrière une ligne de touche.
- Il est remis en jeu sur ou derrière la ligne de zone d'en-but lorsqu'il tombe dans la zone d'en-but ou derrière la ligne de fond de jeu.
- Pour une faute d'un joueur ou lorsqu'il tombe dans le champ de jeu, le frisbee est remis en jeu à l'endroit de la faute ou de son point de chute.
- Pour une faute de "marcher" : le joueur fautif garde le frisbee et revient mettre en jeu au départ du "marcher".

Temps de jeu : 2 mi-temps de 7/8 min

Séance 4

Travail au point de vue technique, en collaboration

Compétence(s) spécifique(s) :

- s'affronter individuellement ou collectivement

1° Ateliers

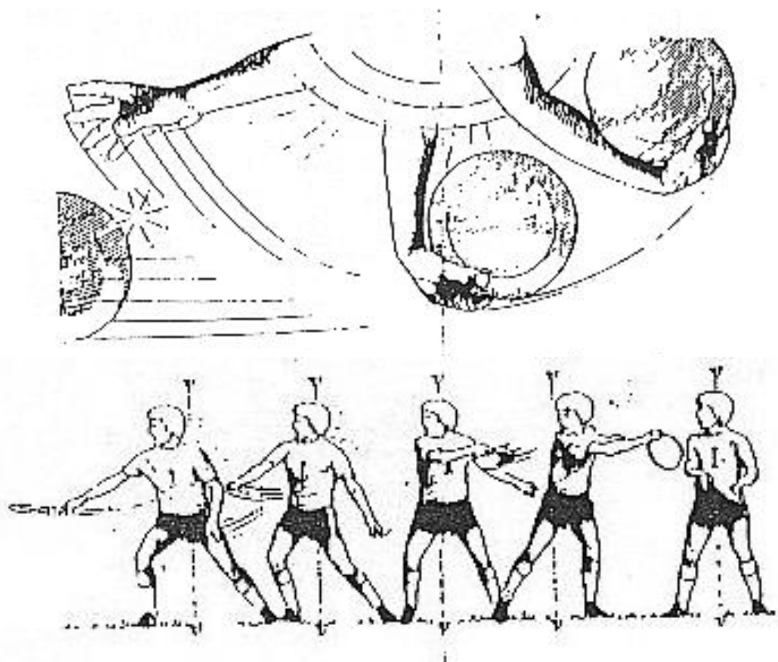
a) Lancer le plus loin possible

But : Lancer le frisbee le plus loin possible

Matériel : 1 frisbee pour 2, plots distincts les uns des autres (ou marque au sol) : 1 par élève.

Déroulement : A partir d'une marque définie, les élèves doivent lancer le frisbee le plus loin possible puis mettre une marque personnelle au sol pour identifier leur performance et tenter de l'améliorer par la suite lors des lancers suivants.

Apport technique : prise en mains de l'engin.



L'index se trouve sur le bord du frisbee et les doigts sont repliés en-dessous.

Critère de réussite : L'élève améliore ses performances après avoir reçu des conseils techniques

Variation : Lancer en coup droit

Balise le terrain sur lequel les élèves doivent lancer l'engin

b) Lancer droit

But : Donner une trajectoire rectiligne au frisbee lors d'un lancer.

Matériel : 1 frisbee pour 2, marques au sol pour délimiter le couloir de lancement.

Dispositif :



Déroulement : A partir d'une marque définie, les élèves doivent lancer le frisbee dans un couloir bien délimité. Si l'impact de l'engin au sol se situe dans le couloir, le lanceur marque un point. Après chaque jet, le lanceur va chercher le frisbee pour le donner à l'élève suivant et doit veiller à revenir au point de départ en passant bien à l'extérieur du couloir de lancement tout en surveillant le lanceur suivant.

Critère de réussite : L'élève parvient à lancer le frisbee dans le couloir délimité.

Gain de la partie : L'élève qui marque le plus de points remporte la partie.

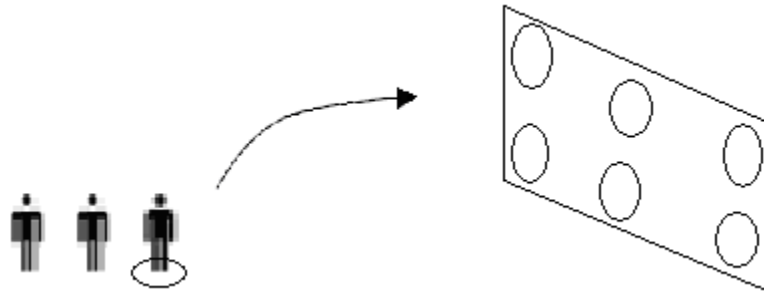
Variable : Largeur du couloir.

c) Lancer avec précision

But : Lancer le frisbee à l'endroit indiqué.

Matériel : 1 frisbee pour 2, marques verticales (cerceaux attachés à un but).

Dispositif :



Déroulement : A partir d'une marque définie, viser des cibles verticales. Avant chaque lancer, l'élève doit dire à voix haute la cible visée. S'il y parvient, il marque 1 point.

Critère de réussite : L'élève parvient à lancer le frisbee dans les cibles annoncées.

Gain de la partie : L'élève qui marque le plus de points remporte la partie.

Variables : Grandeur des cibles
Distance aux cibles
Nombre de cibles

d) Recevoir le frisbee

But : Attraper le frisbee qui est lancé

Matériel : 1 frisbee pour 2, marques au sol (cerceaux) pour marquer les positions de départ des élèves.

Déroulement : Par 2, un élève lance le frisbee à son partenaire à 1 ou plusieurs mètres de celui-ci. Le receveur doit alors se déplacer pour tenter de l'attraper. Les rôles sont inversés après chaque lancer.

Critère de réussite : Le receveur parvient à attraper le frisbee qui lui est lancé.

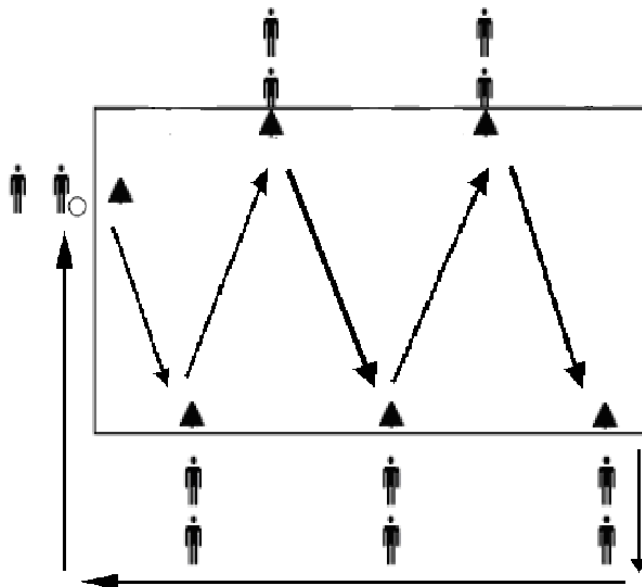
Variables : Distance entre les positions de départ des élèves (faire varier le temps disponible pour le receveur pour attraper l'engin)

2° Passe et suit.

Buts : Lancer la frisbee et se déplacer
Attraper le frisbee

Matériel : 1 ou 2 frisbees, plots.

Dispositif :



Déroulement : L'élève ayant le frisbee le lance au camarade qui se trouve devant lui puis va se mettre au plot de l'élève auquel il vient de passer l'engin et ainsi de suite.

Arriver au bout du parcours, l'élève revient au point de départ.

Lorsque les élèves ont compris l'exercice, mettre en jeu un second frisbee.

Critère de réussite : L'élève parvient à lancer le frisbee et le rattraper sans que celui-ci ne tombe sur le sol.

Variables : Distance entre les plots

Nombre de frisbees

Mettre en place le même atelier en parallèle mais en sens inverse : les élèves retournent au point de départ en faisant le même exercice.

3° Situation de référence

Cf. séance 3

Séance 5

Travail du pied de pivot

Compétence(s) spécifique(s) :

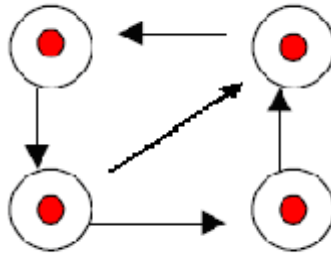
- s'affronter individuellement ou collectivement

1° Le carré magique adapté : le pied de pivot

Buts : Réaliser le plus grand nombre de passes sans que le frisbee ne tombe par terre,
Utiliser son pied de pivot pour changer d'orientation.

Matériel : 4 cerceaux par équipe, 1 frisbee.

Dispositif :



Déroulement : Quatre enfants sont disposés en carré, chacun a un seul pied dans son cerceau respectif.

Les enfants se passent le frisbee et doivent utiliser leur pied de pivot entre la réception et le lancer du frisbee pour changer d'orientation.

Il est possible de faire des passes en diagonale.

Il est interdit de lancer le frisbee à celui qui vient de nous le lancer.

Faire plusieurs carrés de jeu en même temps.

Si le frisbee tombe par terre, le compteur revient à 0.

Critère de réussite : Réaliser le plus grand nombre de passes en 1 temps donné.

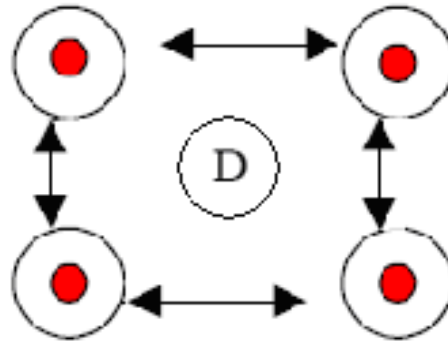
Variables : Varier les distances entre les cerceaux.

2° Le toro

Buts : Faire circuler le frisbee sans le faire tomber, le plus vite possible.
Utiliser son pied de pivot pour changer d'orientation.
Pour le défenseur : empêcher les lanceurs de se faire des passes.

Matériel : 4 cerceaux par équipe, 1 frisbee.

Dispositif :



Déroulement :

Quatre enfants sont disposés en carré, chacun a un seul pied son cerceau respectif : ce sont les lanceurs.

Un autre élève se place au milieu du carré : c'est le défenseur

Les lanceurs se passent le frisbee et doivent utiliser leur pied de pivot entre la réception et le lancer pour changer d'orientation.

L'enfant se trouvant au milieu du carré défend : il doit empêcher les lanceurs de se faire des passes.

Dès que le frisbee tombe au sol, le dernier lanceur à avoir touché le frisbee remplace le défenseur.

Il est possible de faire des passes en diagonale.

Faire plusieurs carrés de jeu en même temps.

Critères de réussite :

Les lanceurs : réaliser le plus grand nombre de passes en 1 temps donné.

Le défenseur : empêcher les lanceurs de se faire des passes.

Variables : Augmenter ou réduire les distances,

Augmenter le nombre de lanceurs et / ou de défenseurs.

Séance 6

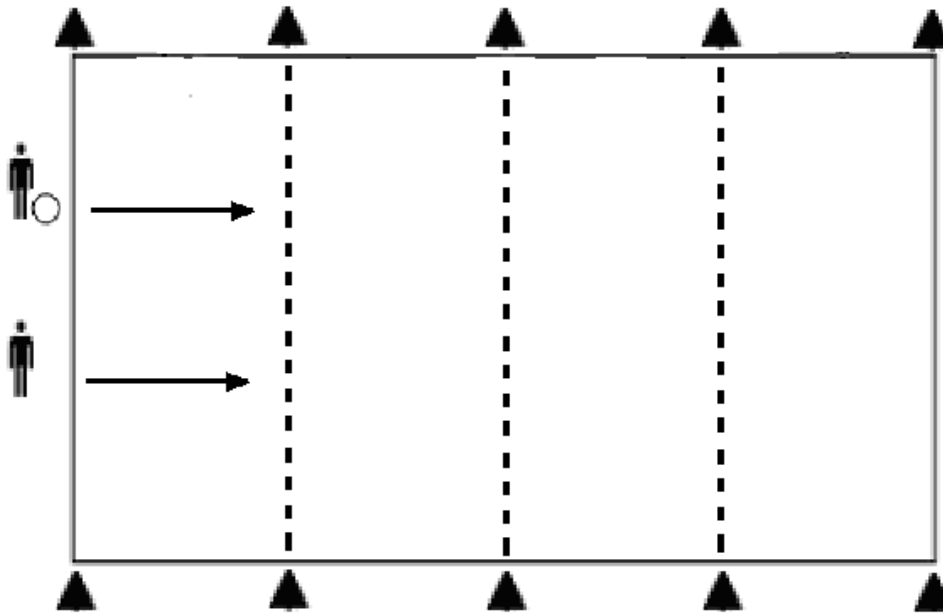
Progresser vers l'avant

1° Progresser vers l'avant sans opposition.

Buts : Faire circuler le frisbee sans le faire tomber,
Progresser vers l'avant en se faisant des passes

Matériel : 1 frisbee par groupe, plots.

Dispositif :



Déroulement : Progresser avec le frisbee à 2, puis à 3 puis à 4 : partir de l'extrémité du terrain et atteindre l'autre extrémité en se faisant des passes. Tout le monde doit toucher le frisbee. Veiller à bien rester immobile lorsque l'on est porteur de l'engin.

Critère de réussite : Les élèves atteignent l'autre extrémité du terrain sans faire tomber le frisbee.

Variable : Taille du terrain

2° Situation de référence

Cf. séance 3

Séance 7

Evaluation formative : situation de référence

Compétence(s) spécifique(s) :

- s'affronter individuellement ou collectivement

Evaluation formative : situation de référence

Cf. séance 3

Séance 8

Le démarquage

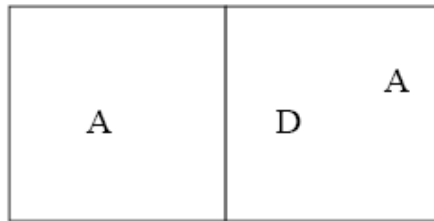
Compétence(s) spécifique(s) :

- s'affronter individuellement ou collectivement

1° Deux contre un

But : Pour les attaquants, réaliser le maximum d'échanges sans que le défenseur intercepte le frisbee et se défaire du démarquage du défenseur.

Dispositif : Un terrain rectangulaire partagé en deux, un attaquant dans chaque zone (A), un défenseur (D) qui circule sur tout le terrain.



Déroulement : Le frisbee est en possession d'un des attaquants, ce dernier essaie de le transmettre à son partenaire. Si le frisbee tombe au sol, il appartient au premier qui le récupère : attaquant ou défenseur.

Il est interdit de se déplacer avec le frisbee. Le défenseur ne doit pas être en contact avec un attaquant.

On change de rôle dès que le frisbee a été touché ou attrapé par le défenseur.

Dans un premier temps, on peut imposer au défenseur de gêner le non-porteur du frisbee qui doit alors se défaire du marquage en réalisant les actions suivantes :

- changer de direction,
- changer son rythme de course.

Ensuite, on peut imposer au défenseur de gêner le porteur du frisbee qui doit alors se défaire du marquage en réalisant les actions suivantes :

- utiliser le pied de pivot,
- utiliser différents coups pour les élèves les plus à l'aise : revers et coup droit.

Dans les deux cas, les attaquants doivent attendre que le défenseur soit en place pour se faire une passe.

Critère de réussite : Pour les attaquants, réussir le plus d'échanges possible sans faire tomber le frisbee.

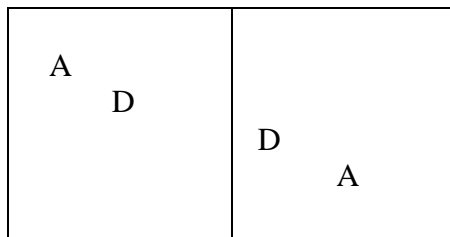
Variables : Taille du terrain

Contrainte temporelle pour le porteur du frisbee : il a 5 ou 10 secondes pour faire une passe.

2° Deux contre deux

But : Pour les attaquants, réaliser le maximum d'échanges sans que le défenseur intercepte le frisbee et se défaire du démarquage du défenseur.

Dispositif : Un terrain rectangulaire partagé en deux, un attaquant dans chaque zone (A), et un défenseur (D) dans chaque zone.



Déroulement : Le frisbee est en possession d'un des attaquants, ce dernier essaie de le transmettre à son partenaire. Si le frisbee tombe au sol, il appartient au premier qui le récupère : attaquants ou défenseurs.

Il est interdit de se déplacer avec le frisbee. Le défenseur ne doit pas être en contact avec un attaquant.

On change de rôle dès que le frisbee a été touché ou attrapé par le défenseur.

Les attaquants marquent un point dès qu'ils parviennent à se faire une passe.

Critère de réussite : Réussir le plus d'échanges possible sans faire tomber le frisbee.

Gain de la partie : L'équipe qui marque le plus de points.

Variables : Taille du terrain

Contrainte temporelle pour le porteur du frisbee : il a 5 ou 10 secondes pour faire une passe.

3° Situation de référence

Cf. séance 3

Séance 9

Le rôle de défenseur

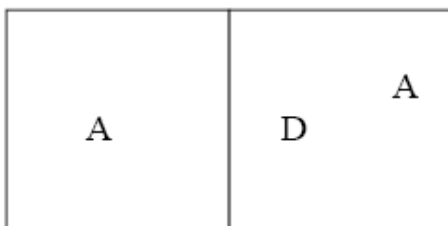
Compétence(s) spécifique(s) :

- s'affronter individuellement ou collectivement

1° Deux contre un

But : Pour le défenseur, intercepter le frisbee en le touchant ou en l'attrapant.

Dispositif : Un terrain rectangulaire partagé en deux, un attaquant dans chaque zone (A), un défenseur (D) qui circule sur tout le terrain.



Déroulement : Le frisbee est en possession d'un des attaquants, ce dernier essaie de le transmettre à son partenaire. Si le frisbee tombe au sol, il appartient au premier qui le récupère : attaquant ou défenseur.

Il est interdit de se déplacer avec le frisbee. Le défenseur ne doit pas être en contact avec un attaquant.

On change de rôle dès que le frisbee a été touché ou attrapé par le défenseur.

Dans un premier temps, on peut imposer au défenseur de gêner le non-porteur du frisbee en effectuant les actions suivantes :

- se placer sur la ligne de passe (ligne imaginaire entre l'attaquant porteur de l'engin et l'attaquant non-porteur),
- gêner le porteur de l'engin avec ses bras sans toucher le joueur,
- jambes légèrement écartées et fléchies pour réagir plus rapidement en cas d'utilisation du pied de pivot de l'attaquant.

Ensuite, on peut imposer au défenseur de gêner le porteur du frisbee qui doit alors se défaire du marquage en réalisant les actions suivantes :

- se placer sur la ligne de passe,
- se placer entre le porteur et le non-porteur du frisbee,
- garder en vue le porteur du frisbee pour anticiper les passes.

Les défenseurs marquent un point dès que le frisbee tombe par terre.

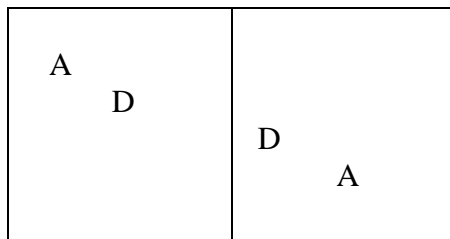
Critère de réussite : Pour les défenseurs, intercepter rapidement le frisbee.

Variable : Contrainte temporelle pour le porteur du frisbee : entre 5 et 10 secondes

2° Deux contre deux

But : Pour le défenseur, intercepter le frisbee en le touchant ou en l'attrapant.

Dispositif : Un terrain rectangulaire partagé en deux, un attaquant dans chaque zone (A), et un défenseur (D) dans chaque zone.



Déroulement : Le frisbee est en possession d'un des attaquants, ce dernier essaie de le transmettre à son partenaire. Si le frisbee tombe au sol, il revient aux attaquants.

Il est interdit de se déplacer avec le frisbee. Le défenseur ne doit pas être en contact avec un attaquant.

On change de rôle au bout de 5 minutes.

Les défenseurs marquent un point dès que le frisbee tombe par terre.

Critère de réussite : Provoquer la chute du frisbee par terre pour les défenseurs.

Gain de la partie : L'équipe qui marque le plus de points.

Variables : Taille du terrain

Contrainte temporelle pour l'attaquant.

3° Situation de référence

Cf. séance 3

Séance 10

S'opposer, se démarquer

Compétence(s) spécifique(s) :

- s'affronter individuellement ou collectivement

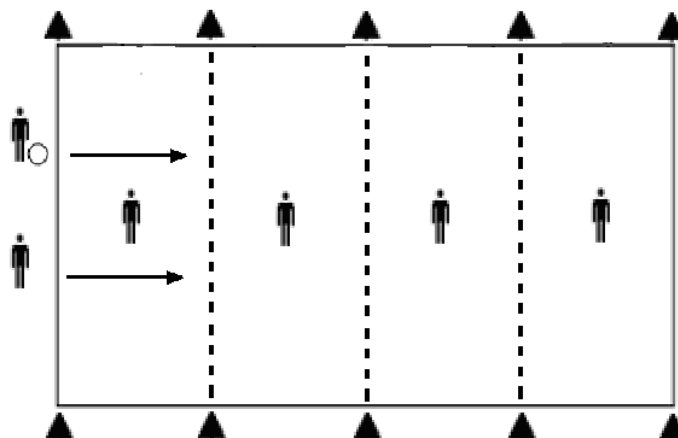
1° Progresser vers l'avant avec opposition

Buts : Pour les attaquants, progresser vers l'avant en se faisant des passes sans faire tomber le frisbee

Pour les défenseurs, empêcher la progression des attaquants.

Matériel : 1 frisbee par groupe, plots.

Dispositif :



Déroulement : Les attaquants doivent progresser avec le frisbee à 2, puis à 3 puis à 4 en évitant les défenseurs qui sont répartis dans chaque zone. Ils partent de l'extrémité du terrain et atteignent l'autre extrémité en se faisant des passes. Tout le monde doit toucher le frisbee.

Veiller à bien rester immobile lorsque l'on est porteur de l'engin.

Si les attaquants font tomber le frisbee, ils sortent du terrain et un autre groupe d'élèves entre en action.

Les défenseurs sont changés après 5 attaques.

Critères de réussite : Les attaquants atteignent l'autre extrémité du terrain sans faire tomber le frisbee.

Les défenseurs empêchent la progression des attaquants en interceptant le frisbee ou en le faisant tomber.

Variation : Taille des zones

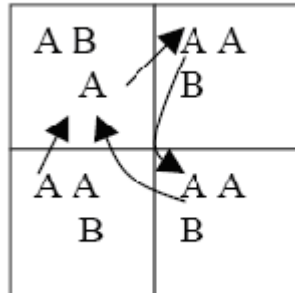
Nombre de défenseurs.

2° Les quatre camps

But : Réaliser 5 passes consécutives

Matériel : 1 frisbee par groupe, plots

Dispositif : 2 équipes sur un terrain partagé en 4, les joueurs de chaque équipe sont répartis en nombre égal dans les 4 zones.



Déroulement : Au signal, l'équipe A en possession du frisbee commence à se faire des passes, l'équipe B tente de les intercepter.

L'arbitre dénombre à voix haute les passes réussies. Seules sont comptées les passes d'une zone à l'autre sans imposer de sens de rotation. Le compte des passes repart de 0 si le frisbee tombe par terre ou est intercepté. Cependant, les joueurs d'une même équipe peuvent se faire des passes à l'intérieur de leur propre zone en attendant de pouvoir passer dans une zone voisine mais ces passes ne sont pas comptabilisées.

Il est interdit de se déplacer avec le frisbee, de se passer l'engin de main en main, de toucher l'adversaire, de conserver le frisbee plus de cinq secondes, de changer de zone. Le frisbee est rendu aux attaquants quand il tombe par terre.

Changement des rôles au bout de 5 minutes.

Critères de réussite : Les attaquants parviennent à enchaîner un grand nombre de passes. Les défenseurs empêchent la circulation de l'engin.

Variables : Taille des zones

Nombre de défenseurs : possibilité de mettre 2 défenseurs par terrain et à chaque fois que le frisbee tombe sur le sol, les équipes inversent les rôles.

3° Situation de référence

Cf. séance 3

Séance 11
Evaluation finale : situation de référence




Evaluation finale : situation de référence

Cf. séance 3.

Une grille d'observations élaborée par les enfants eux-mêmes pourra être utilisée.

Exemple :

Nom de l'élève :

| Critères évalués |  |  |  |
|--|---|---|---|
| Parvient à effectuer des passes précises | | | |
| Réceptionne le frisbee | | | |
| Joue le rôle de l'attaquant : se démarque et fait progresser son équipe vers l'avant | | | |
| Joue le rôle de défenseur : gêne la circulation du frisbee | | | |
| Respecte sportivement les règles de l'activité | | | |