

HOCKEY'S COOL

UNE NOUVELLE FORME DE
PRATIQUE SCOLAIRE

SÉQUENCE D'INITIATION

LE HOCKEY SUR GAZON A L'ÉCOLE
VERS UNE PRATIQUE ÉDUCATIVE ET SPORTIVE



#HockeyScolaire

Un hockey sportif
Un hockey éducatif
Un hockey inclusif
Un hockey réflexif



Un apprentissage en acte de :
L'Attention
De la coordination motrice
De la responsabilité
De l'autonomie





Le programme Hockey'S cool est un projet conçu par Nicolas Gaillard professeur agrégé d'EPS et ancien joueur international.



La finalité poursuivie est de faire en sorte que cette activité sportive soit jouée ou enseignée par tout le monde !

Ce programme à pour objectif de rendre accessible la pratique du hockey sur gazon à l'école.

TABLE DES MATIERES

1. Le programme Hockey's cool _____	5
2. Sept raisons de programmer du Hockey à l'école _____	7
3. Le Matériel _____	9
4. Les 7 règles en OR _____	11
5. Première séquence : 6 à 8 leçons _____	12
6. Proposition d'Evaluation _____	35
7. D'autres situations d'apprentissage _____	36
8. Variables didactiques : compétences générales EPS et Socle _____	42
9. Le Hockey sur gazon dans le monde et en France _____	43
10. Histoire du Hockey sur gazon _____	44



Qu'est-ce que le programme Hockey'S cool ?

Hockey S'cool est un programme de hockey éducatif.

Celui-ci a pour objectif de proposer une nouvelle forme de pratique scolaire du hockey sur gazon adaptée aux écoles.

Il permet à tous les élèves de vivre « une tranche de vie de hockeyeur ».

Le programme Hockey S'cool a pour objectif premier de viser **le plaisir de la pratique** tout en **améliorant la santé des élèves** par le développement de leurs ressources.

Le jeu est organisé de manière à faciliter l'enseignement : des jeux collectifs aux jeux d'opposition.

Celui-ci est possible même si les enseignants ont peu ou pas de connaissances préalables sur le hockey.

Le format match :

Il se joue à 3 contre 3 ou 4c4 (séquence n°2) et est conçu spécialement pour les enfants de 6 à 11 ans.

Le terrain de jeu est de la taille d'un terrain de city stade ou de basketball dans la largeur d'un gymnase de type C (20x13m).

Une équipe se compose de 4 joueurs; dont trois sont sur le terrain de jeu à tout moment, le joueur remplaçant coach son équipe.

Le jeu de Hockey S'cool se joue en deux périodes de 6 minutes, avec changement de coach à la mi-temps. Pour chaque rencontre une troisième équipe à la responsabilité de l'arbitrage et du score (coupelles). Ainsi, l'équipe qui ne joue pas observe et/ou arbitre la rencontre.

L'attribution de rôles sociaux sera un fil directeur de la séquence de hockey.

Dans ce livret pédagogique, un plan de 6 leçons détaillées présente le jeu progressivement.

L'objectif principal est de prendre plaisir tout en apprenant et en développant des compétences de base en hockey.



Champ **d'Apprentissage 4 :**

Conduire et maîtriser
un affrontement
collectif ou inter-
individuel



7 raisons de programmer du Hockey à l'école :

1. Sécurité, Sureté :

Une gamme d'équipements a été spécialement conçue pour mettre en place de façon optimale le programme, comprenant une balle plus légère et plus sûre, et des crosses de différentes tailles, toutes comportant des aides pédagogiques sur leur maniabilité (code couleur).

2. Simplicité

Aucun équipement de gardien de but ou but de hockey n'est requis. Les crosses et les balles de hockey existantes peuvent être utilisées si nécessaire (bien que l'équipement spécialisé aide considérablement les apprentissages).

3. Accessible

Aucune installation sophistiquée n'est requise car il peut être joué sur une variété de surfaces, y compris dans les cours d'école, sur des terrains en gazon artificiel ou naturel, en gymnase.

4. Facile à mettre en place

Le livret pédagogique comporte des ressources pédagogiques et didactiques variées comme une séquence complète d'initiation

Cycle 2 ou 3, des exercices illustrés, les règles de hockey'S cool. L'objectif est de faire économiser du temps et de l'énergie aux enseignants en leur proposant une séquence clé en mains.

5. Inclusion

La mixité est facilitée. Il est intéressant de jouer pour les joueurs des deux sexes et de tous les niveaux de hockey car ce sport n'est pas marqué par des représentations sociales. Il offre à tous les joueurs une implication totale et un temps de jeu accru.

6. Plaisir

Des équipes plus petites et des règles plus simples rendent le jeu de hockey plus engageant en réduisant les arrêts, en minimisant le danger et en maximisant le contact et l'implication avec la balle.

On cherche à ce que les élèves vivent rapidement une émotion de hockeyeur qui leur procure du plaisir tout en se transformant.

7. Acquisition d'habiletés motrices essentielles et développement des ressources de tous les élèves.



Gazon naturel



Gazon synthétique



Gymnase
ou
Cour d'école

Pour une pratique adaptée à l'école :

KIT hockey's cool 24

Le kit Hockey's cool est destiné aux écoles, aux enseignants et aux moniteurs qui souhaitent initier les enfants au plaisir du hockey.



Adapté à un public débutant, le matériel proposé assure une pratique sans danger (balles moins dures, crosses plus légères), adaptée et optimisée pour le hockey scolaire. Le kit est composé de 24 crosses, de 24 balles en vinyle et d'un sac de rangement à roulettes.



Le kit Hockey's cool est disponible sur Paris 15^e ou en livraison chez :



https://www.sportaccess.fr/index.php?id_category=77&controller=category

Pour une pratique adaptée à l'école :

KIT hockey's cool 24



Les 7 règles en OR :

1. **Garder l'extrémité de la crosse (le bec) toujours en contact avec le sol** : la crosse reste « aimantée » au sol.
2. **La balle reste au sol.**
3. **Prise universelle de crosse** : Main gauche en haut du grip de crosse / Main droite en bas du grip.
4. **Sport de non contact.**
5. **Jouer la balle qu'avec sa crosse et pas avec son corps (Pieds etc ...)**
6. **Utiliser au maximum le côté plat de la crosse (le côté noir) pour jouer la balle.**
7. **Être dans la zone de marque pour pouvoir tirer et marquer un but.**

OBJECTIF DE LA SEQUENCE :

Apprendre à s'opposer et coopérer collectivement en hockey sur gazon

Développer des compétences motrices, méthodologiques et sociales

ACQUISITIONS	L1	L2	L3	L4	L5	L6
Manipulation Crosse et balle / courir avec, arrêter et dribbler	X	X	X	X	X	X
Passer		X		X	X	X
Tir à l'arrêt / Tir en course		X	X	X		
2c1 : dribbler puis passer / dribbler puis tirer			X	X	X	X
S'opposer individuellement		X	X			
S'opposer collectivement			X	X	X	X

OBJECTIF DE LA LEÇON 1 :

Apprentissage technique du hockey :

Se déplacer et s'arrêter avec la balle

Mise en place des Routines de Fonctionnement

PRISE EN MAINS / ÉCHAUFFEMENT	SITUATION D'APPRENTISSAGE N°1	SITUATION D'APPRENTISSAGE N°2	BILAN RETOUR AU CALME
15' PRÉSENTATION DE L'ACTIVITÉ / JEU DES FEUX DE COULEUR	15' «1-2-3 HOCKEY»	15' «BÉRET»	5' RASSEMBLEMENT FINAL BILAN

Organisation spatiale :



OBJECTIFS :

S'échauffer, se concentrer, réaliser des déplacements, des gammes athlétiques puis des gestes techniques de hockey, réagir à différentes CONSIGNES.

CONSIGNES :

Faire l'action liée au feu de couleur énoncé par le professeur.

Ex : « Feu vert » = on court balle collée dans la crosse.

Évoluer dans un périmètre précis (terrain dédié = 8^{ème} de terrain ou la zone en fonction de l'effectif)

SECU :

Garder la crosse contact/sol
Faire attention les uns aux autres
Lever la tête pour ne pas se percuter

EXEMPLE DE COULEUR
pour l'échauffement sans
crosse et pour le Hockey
avec crosse et balle :

« **FEU** » :

Vert : courir

Orange : marcher

Rouge : s'arrêter

Violet : accroupi

Jaune : équilibre sur 1 pied

Que pour échauffement :

Blanc : Talons fesses

Marron : montée de Genoux

Rose : Pas chassés

Gris : cloche pied /gainage/
squat etc ...

Que pour le Hockey :

Bleu : Dribbler (CD/Revers)

Indigo : Faire le 8 entre ses
jambes

Noir : Dégager la balle des
autres hors de l'espace de
jeu

Multicolore : sortir et
s'arrêter hors de l'espace de
jeu ...

Critères de REUSSITE :

Rester
concentrer tout
le temps de la
partie

Gagner une vie
en faisant parti
du ou des
derniers
joueurs non
éliminés

Simplification :

3 COULEURS

Sans élimination

Complexification :

- De + en + de
couleurs

- En Anglais « Light
Red »

- Avec élimination
(comme JACADI =
ne pas dire « feu »)

puis retour après
actions spé. Qui
sera réalisées sur le
côté de l'espace

- Avec élimination
sans retour

SITUATION 1 : «1-2-3 HOCKEY»

OBJECTIF :

Réaliser un déplacement suivi d'un arrêt rapide
Prendre l'information en levant la tête

CONSIGNES :

Se déplacer rapidement et gagner du terrain pour être le 1^{er} à franchir la ligne d'arrivée.

S'arrêter lorsque le meneur se retourne.

Faire une partie sans crosse puis avec crosse.

Le meneur crie « 1-2-3 Hockey » puis se retourne et regarde seulement l'immobilité de la balle.

SECU :

Garder la crosse contact/sol
Rester dans l'axe de déplacement

CONTENUS

D'APPRENTISSAGE:

Positionner correctement ses mains sur la crosse (Gauche en haut/ Droite au milieu de la crosse).

Garder le contact Crosse/Balle

Jouer côté plat pour avancer.
Arrêter la balle avec le côté plat de préférence (ou rond).

Se concentrer sur les signaux sonores.

Critères de REUSSITE :

Se déplacer rapidement

S'arrêter rapidement

Ne pas se faire éliminer

Arriver dans les 3 premiers

Simplification :

Le meneur :

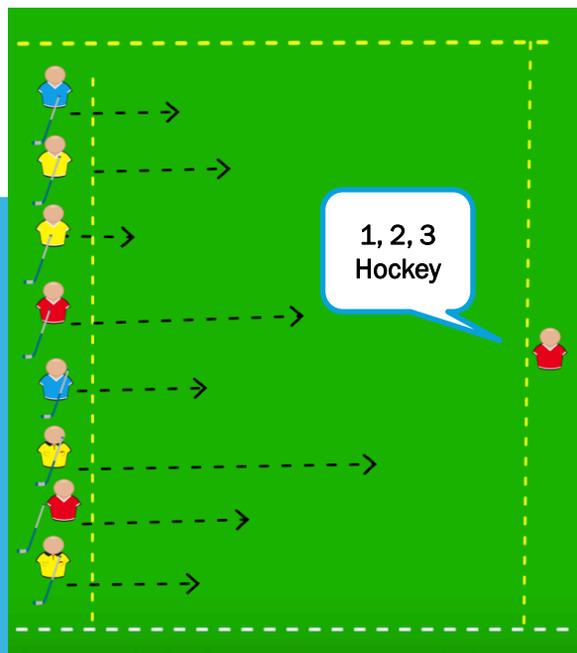
Énoncer lentement la phrase

Se retourner lentement

Complexification :

Balle et corps immobiles

Énoncer rapidement



OBJECTIFS :

Marquer un point pour son équipe face à un adversaire.

CONSIGNES :

Se déplacer rapidement et être le 1^{er} à arrêter sa balle dans la cible.

Partir à l'annonce de son numéro (possibilité de donner des noms d'animaux)

Contourner le plot de la couleur de son équipe avant de prendre une des 2 balles dans le cerceau.

Rapporter la balle et l'arrêter dans son carré cible.

SECU :

Garder la crosse contact/sol
Ralentir pour prendre la balle

Ne pas confondre vitesse et précipitation.

CONTENUS

D'APPRENTISSAGE:

Positionner ses mains sur la crosse.

- Garder contact Crosse/Balle.
- Jouer côté plat et/ou rond.
- Se concentrer sur les signaux sonores.
- Accélérer avec la balle puis ralentir en anticipant l'arrivée dans la cible pour la stopper.
- Arrêter la balle en la recouvrant avec la crosse.

Simplification :

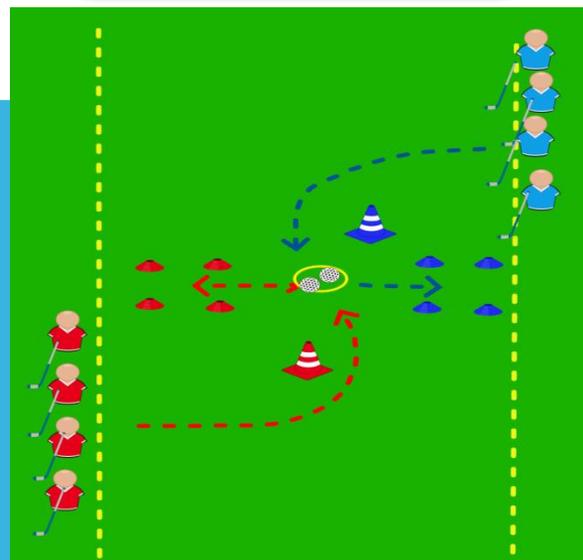
- Agrandir ou rapprocher le carré cible.

Complexification :

- Réduire le carré cible
- Faire un tour du plot de contournement
- Conduire la balle en revers (à sa gauche) ou marche arrière jusqu'à sa cible

Critères de REUSSITE :

Gagner 2 matchs sur 3 (confrontations directes)



OBJECTIF DE LA LEÇON 2 :

Propulser la balle

Augmenter son niveau de pouvoir d'action sur la balle.

PRISE EN MAINS / ÉCHAUFFEMENT	SITUATION D'APPRENTISSAGE N°1	SITUATION D'APPRENTISSAGE N°2	SITUATION D'APPRENTISSAGE N°3	BILAN RETOUR AU CALME
10' / JEU DES FEUX DE COULEUR	10' «CONCOURS DE PASSES»	10' «PARCOURS»	10' «BÉRET»	5' RASSEMBLEMENT FINAL BILAN

Organisation spatiale :



OBJECTIF :

Maîtriser la propulsion (direction et force) de la balle en Push (Pousser la balle = Propulsion).

Travail en coopération.

CONSIGNES :

Se faire le maximum de passes possibles en 45''

Rester bien devant son plot ou au niveau de la ligne du terrain à 5 mètres de son partenaire.

Viser la crosse de son Partenaire.

SECU :

Crosse contact/sol
Rester à distance des autres binômes.
Doser la passe.

CONTENUS

D'APPRENTISSAGE:

- Positionner les mains sur la crosse
- Envoyer de profil (épaules vers partenaire)
- Bloquer la balle de face et devant soi
- Garder contact Crosse/Balle le plus longtemps possible pendant le PUSH (=la propulsion)
- Finir le geste de crosse vers son partenaire

Simplification :

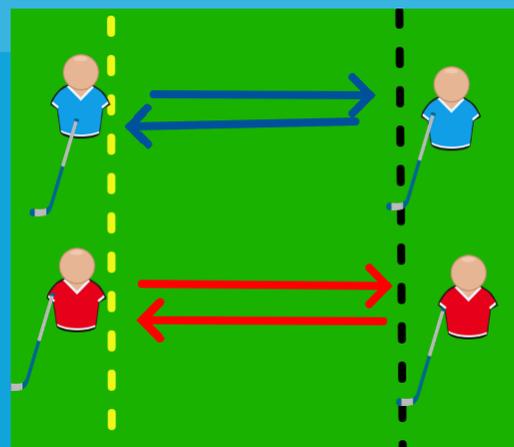
Réduire la distance du binôme

Complexification :

- Augmenter la distance des binômes ayant validé le critère de réussite
- Faire le tour du plot en arrière avant de revenir faire la passe (en mouvement)
- Faire le tour en Revers (Balle sur sa gauche)
- Faire la passe en revers

Critères de REUSSITE :

Enchaîner plus de 10 passes



« PARCOURS SLALOM »

OBJECTIF :

Maîtriser la conduite de balle et la précision de la propulsion (direction et force) de la balle en Push.

CONSIGNES :

Faire le Parcours slalom en maîtrisant les changements de direction et l'envoi au but.
Ralentir pour changer de direction, accélérer en course rectiligne.
Contourner le plot ou cerceau (Plus simple pour comprendre le slalom) sans que la balle le touche et sans marcher dessus.

SECU :

- Crosse contact/sol
- Balle contact/crosse
- Attendre que tout le monde ait tiré avant d'aller chercher sa balle.

CONTENUS

D'APPRENTISSAGE:

- Positionner les mains sur la crosse
- Garder la balle devant soi pour avancer.
 - Envoyer de profil (épaules vers la cible)
- Finir le geste de crosse vers la cible
 - Garder le contact Crosse/ Balle le plus possible pendant le Parcours et le Push (=la propulsion)

Critères de REUSSITE :

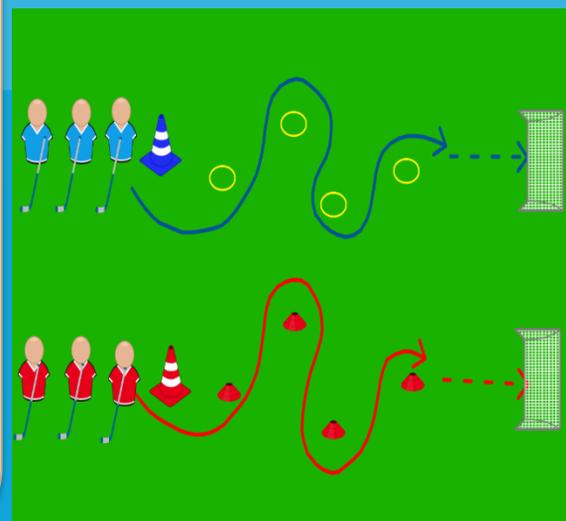
Réussir 2 passages sur 3 sans toucher les plots (Balle/crosse/ corps de l'élève) et en marquant le but.

Simplification :

- Slalom rectiligne
- En marchant

Complexification :

- Utiliser que le coup droit pour slalomer (Obligation de bien bouger ses pieds)
- Compétition 1vs1 = Parcours parallèle, le 1^{er} qui marque
- Compétition en Relais
- Envoi au but en Revers (En gardant la crosse contact/sol)



OBJECTIFS :

Marquer un point pour son équipe face à un adversaire.

CONSIGNES :

Se déplacer rapidement et être le 1^{er} à marquer un but.

Partir à l'annonce de son numéro

Contourner le plot de la couleur de son équipe avant de prendre une des 2 balles dans le cerceau.

Conduire la balle vers la porte d'envoi et envoyer au but.

Être le 1^{er} à marquer et faire gagner 1pt à son équipe.

SECU :

Garder la crosse contact/sol
Ralentir pour prendre la balle
Ne pas confondre vitesse et précipitation.

CONTENUS

D'APPRENTISSAGE:

Positionner ses mains sur la crosse.

- Garder contact Crosse/Balle.
- Jouer côté plat.
- Se concentrer sur les signaux sonores.
- Accélérer avec la balle puis ralentir en anticipant pour l'envoi au but.
- Envoyer de profil pour être précis.

Simplification :

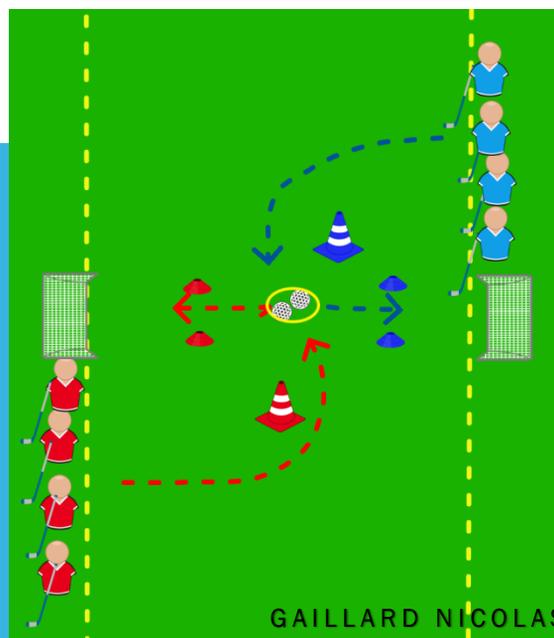
- Agrandir ou rapprocher le but

Complexification :

- Réduire le but
- Faire un tour du plot de contournement
- Conduire la balle en revers (à sa gauche) ou marche arrière jusqu'à sa cible

Critères de REUSSITE :

Gagner 2 matchs sur 3 (confrontations directes)



OBJECTIF DE LA LEÇON 3 :
Apprentissage technique du hockey :
Dribbler / éviter un adversaire

PRISE EN MAINS / ÉCHAUFFEMENT	SITUATION D'APPRENTISSAGE N°1	SITUATION D'APPRENTISSAGE N°2	SITUATION D'APPRENTISSAGE N°3	BILAN RETOUR AU CALME
10' / JEU DES FEUX DE COULEUR	10' «CONDUITE DE BALLE » RAPIDE ET CHANGEMENT DE DIRECTION	10' «PARCOURS TECHNIQUE LES PORTES»	10' «BERET 1C1 PUIS 2C2 »	5' RASSEMBLEMENT FINAL BILAN

Organisation spatiale :



OBJECTIF :

Maîtriser la conduite de la balle en ligne droite puis demi tour.
Maîtriser l'arrêt de la balle

CONSIGNES :

Au Signal : Faire le tour de son partenaire et revenir bloquer la balle sur la ligne de départ.
Rester bien devant son plot ou au niveau de la ligne du terrain à 5 mètres de son partenaire.
Viser la crosse de son Partenaire.

SECU :

Crosse contact/sol
Rester à distance des autres binômes.
Doser la passe.

CONTENUS

D'APPRENTISSAGE:

- Positionner les mains sur la crosse
- Conduire la balle devant soi et à droite
- Orienter le bec de crosse pour faire le demi-tour
- Garder contact Crosse/ Balle le plus possible
- Bloquer la balle avec le côté plat en la recouvrant

Critères de REUSSITE :

Aller et retour rapide

Ne pas perdre le contrôle de la balle lors du demi tour

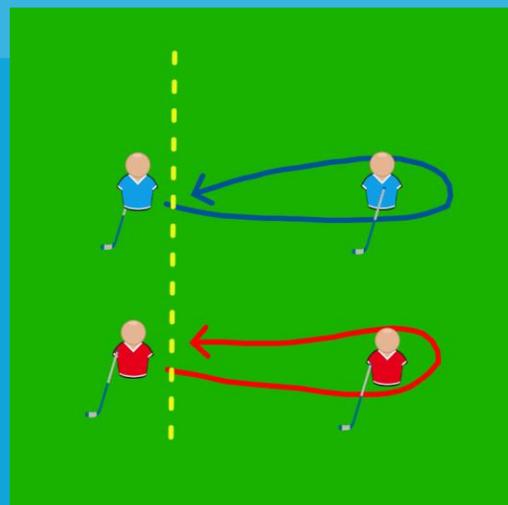
Finir dans les 5 premiers

Simplification :

Réduire la distance du binôme

Complexification :

- Augmenter la distance des binômes ayant validé le critère de réussite
- Faire le tour du plot en arrière avant de revenir faire la passe (en mouvement)
- Faire le tour en Revers (Balle sur sa gauche)
- Faire la passe en revers



OBJECTIF :

Maîtriser la conduite de balle et le dribble d'évitement

CONSIGNES :

Faire le Parcours en évitant chaque porte tout en maîtrisant les changements de direction et l'envoi au but.

Dribble d'évitement Gauche-Droite :
Se diriger vers le plot de gauche (rouge) et faire un revers pour passer vers la droite de la porte (possibilité de faire l'inverse sur d'autres passages)

SECU :

- Crosse contact/sol
- Balle contact/crosse
- Attendre que son camarade soit à la 3^{ème} porte pour partir

CONTENUS

D'APPRENTISSAGE:

- Positionner les mains sur la crosse
- Garder la balle devant soi pour avancer.
- Faire tourner la crosse dans sa main droite pour le revers.
- Envoyer de profil (épaules vers la cible)
- Finir le geste de crosse vers la cible

Critères de REUSSITE :

Réussir 2 passages sur 3 sans toucher les plots (Balle/crosse/ corps de l'élève) et en marquant le but.

Simplification :

En marchant

- Alternner passer dans puis à côté de la porte

Complexification :

- Passer de l'autre sens (Droite-Gauche) (Obligation de bien bouger ses pieds)
- Compétition 1vs1 = Parcours parallèle, le 1^{er} qui marque
- Compétition en Relais
- Envoi au but en Revers (En gardant la crosse contact/sol)



OBJECTIFS :

Marquer un point pour son équipe face à un adversaire.

CONSIGNES :

Se déplacer rapidement et être le 1^{er} à envoyer sa balle dans la cible.

Partir à l'annonce de son numéro (possibilité de donner des noms d'animaux)

Contourner le plot de la couleur de son équipe avant de prendre une des 2 balles dans le cerceau.

Se rapprocher de la cible et propulser sa balle dedans avant l'autre.

SECU :

Garder la crosse contact/sol
Ralentir pour prendre la balle
Ne pas confondre vitesse et précipitation.

CONTENUS

D'APPRENTISSAGE:

Positionner ses mains sur la crosse.

- Garder contact Crosse/Balle.
- Jouer côté plat et/ou rond.
- Se concentrer sur les signaux sonores.
- Accélérer avec la balle puis se mettre de profil pour envoyer la balle.
- Finir son geste de crosse vers la cible visée.

Simplification :

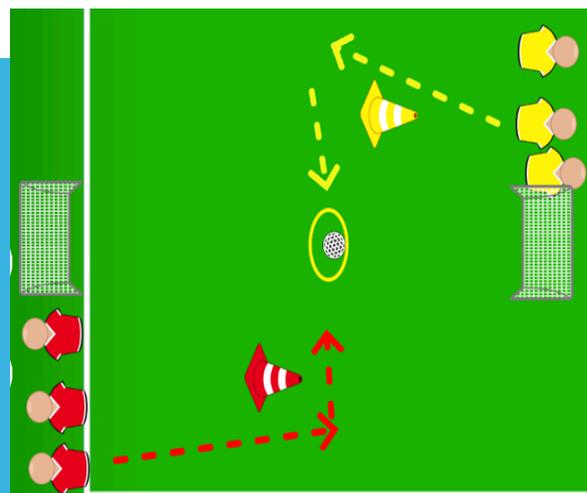
- Agrandir ou rapprocher la cible.

Complexification :

- Réduire la cible
- Faire un tour du plot de contournement
- Conduire la balle en revers (à sa gauche) ou marche arrière jusqu'à sa cible

Critères de REUSSITE :

Gagner 2 matchs sur 3 (confrontations directes)



OBJECTIF DE LA LEÇON 4 :
Coopérer pour S'opposer collectivement

PRISE EN MAINS / ÉCHAUFFEMENT	SITUATION D'APPRENTISSAGE N° 1	SITUATION D'APPRENTISSAGE N° 2	BILAN RETOUR AU CALME
10' / JEU DES FEUX DE COULEUR	10' RELAIS CERCEAUX	20' EXPLICATION DU RÈGLEMENT PUIS « MATCH 3C3 »	5' RASSEMBLEMENT FINAL BILAN

Organisation spatiale :



OBJECTIF :

Maîtriser la conduite de balle rapide de contournement

CONSIGNES :

Faire le slalom en maîtrisant les changements de direction et sans que la balle ou le pied ne touche les cerceaux

Passer rapidement la balle au suivant en l'arrêtant devant lui ou en lui envoyant.

Ralentir pour changer de direction, au 4^{ème} cerceau.

SECU :

- Crosse contact/sol
- Balle contact/crosse
- Attendre le retour de son partenaire avant de partir

CONTENUS

D'APPRENTISSAGE:

- Positionner les mains sur la crosse
- Garder la balle devant soi pour avancer.
- Garder le contact Crosse/ Balle le plus possible pendant le Slalom
- lever la tête pour anticiper les virages.

Critères de REUSSITE :

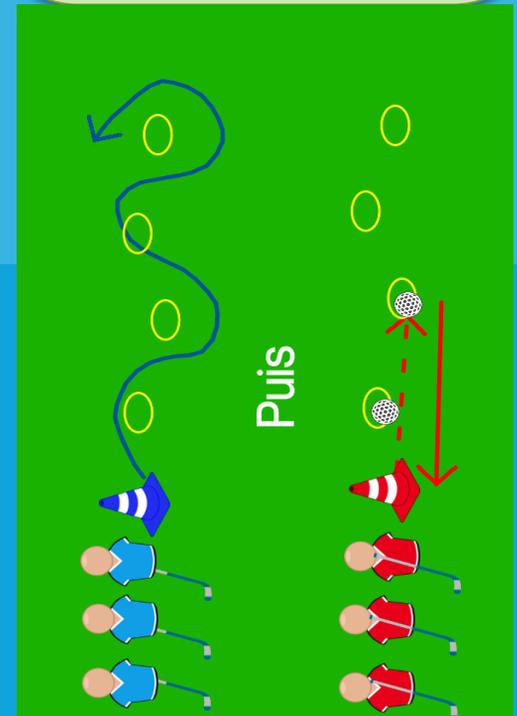
Réussir 2 passages sur 3 sans toucher les cerceaux (Balle/crosse/ corps de l'élève)
Gagner la confrontation

Simplification :

- Slalom retour rectiligne
- En marchant

Complexification :

- Utiliser que le coup droit pour slalomer (Obligation de bien bouger ses pieds)
- Compétition 1vs1 = Parcours parallèle : le 1^{er} qui arrête la balle au retour dans le 1^{er} cerceau



LES REGLES EN MATCHS :



Le bec de
crosse doit
rester en
dessous du
genou sans
jamais dépasser
sa hauteur.



La crosse
doit toujours
être tenue à
2 mains :
gauche en
haut et droite
au milieu.



La balle
doit
toujours
rester au
sol.



Les
contacts ne
sont pas
autorisés, ni
les attaques
de crosses.
= Tacle
crosse/crosse

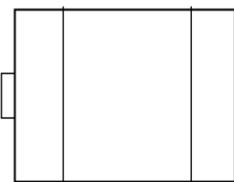


La balle ne
doit jamais
toucher le
pied.

**Principe de
tolérance :**
siffler pied
volontaire



La balle doit
toujours
toucher le côté
plat de la
crosse, jamais
le côté rond.
= Principe de
tolérance :
séquence 1



Le tir au but
doit toujours se
faire depuis
l'intérieur de la
zone
5 à 6 mètres

- **Engagement** : tirage au sort effectué par l'arbitre de terrain ; tous les joueurs sont dans leur camp respectif, les adversaires sont au moins à 3 m de la balle, celle-ci est au centre du terrain ; au coup de sifflet, le joueur fait une passe à un de ses camarades et le jeu commence.

- **But** : le but est marqué si la balle est envoyée par un attaquant depuis la zone de but (5 mètres) et a entièrement franchi la ligne de but entre les montants et la barre transversale du but.

- **Sortie de balle** : la balle est sortie du terrain lorsqu'elle a entièrement franchi la ligne de touche ou de but; la remise en jeu est accordée à l'équipe qui n'a pas fait sortir la balle ; les adversaires sont à une distance de 3 m minimum de la balle.

- **Remise en jeu** : la balle est posée sur la ligne de touche et est poussée par le joueur pour faire une passe à un partenaire. Touche dans la zone du but : but direct non valable ; les adversaires sont à une distance de 3 m minimum de la balle.

- **Sortie de but** : la balle est posée sur la ligne de la zone du but (5 mètres) et est poussée par le joueur pour faire une passe à un partenaire ; les adversaires sont à une distance de 3 m minimum de la balle.

- **Sortie de coin (corner)** : remise en jeu de coin en passe ; les adversaires sont à une distance de 3 m minimum de la balle.

- Fautes :

- Tacle de crosse (crosse tape la crosse d'un adversaire)
- Le pied touche la balle volontairement
- Contact avec un adversaire (pousser un adversaire ; tenir un adversaire ; charger un adversaire ; frapper un adversaire)
- Jouer la balle avec une partie de son corps
- contester les décisions de l'arbitre
- avoir une conduite inconvenante
- agir volontairement contre l'esprit du jeu.



= Sanctions :

- Toutes les fautes sont sanctionnées par un coup franc ; il est tiré à l'endroit où la faute a été commise ; les adversaires sont situés à une distance minimum de 3 m par rapport à la balle ;
- En cas de faute dans la zone du but ou de faute intentionnelle grave et quel que soit l'endroit sur le terrain où la faute a été commise, l'arbitre siffle un pénalty,.
- Le pénalty : il n'y a pas de gardien la balle est placée au centre du terrain et un joueur attaquant effectue un envoi de précision vers le but. Tous les joueurs sont derrière la balle au moment de l'envoi. Le pénalty peut entraîner une expulsion temporaire (une ou deux minutes) du joueur qui a commis la faute.

OBJECTIF DE LA LEÇON 5 :

Coopérer pour S'opposer collectivement
Augmenter son pouvoir d'agir avec la balle.

PRISE EN MAINS / ÉCHAUFFEMENT	SITUATION D'APPRENTISSAGE N°1	SITUATION D'APPRENTISSAGE N°2	BILAN RETOUR AU CALME
10' / JEU DES FEUX DE COULEUR	10' PARCOURS TECHNIQUE	20' « MATCH 3C3 » A THÈME OU CLUBS	5' RASSEMBLEMENT FINAL BILAN

Organisation spatiale :



OBJECTIF :

Maîtriser la conduite de balle et la précision de la propulsion (direction et force) de la balle en Push.

CONSIGNES :

Faire le Parcours slalom en maîtrisant les changements de direction et l'envoi au but.
Ralentir pour changer de direction, accélérer en course rectiligne.
Contourner le dernier plot (Jaune) sans que la balle le touche et sans marcher dessus. Puis effectuer un petit pont dans la porte bleu avant l'envoi au but)

SECU :

- Crosse contact/sol
- Balle contact/crosse
- Attendre que son camarade soit au contournement pour partir

CONTENUS**D'APPRENTISSAGE:**

- Positionner les mains sur la crosse
- Garder la balle devant soi pour avancer.
- Envoyer de profil (épaules vers la cible)
- Finir le geste de crosse vers la cible
- Garder le contact Crosse/ Balle le plus possible pendant le Parcours et le Push (=la propulsion)

Critères de REUSSITE :

Réussir 2 passages sur 3 sans toucher les plots (Balle/crosse/ corps de l'élève) et en marquant le but.

Simplification :

- Slalom rectiligne
- En marchant

Complexification :

- Utiliser que le coup droit pour slalomer (Obligation de bien bouger ses pieds)
- Compétition 1vs1 = Parcours parallèle, le 1^{er} qui marque
- Compétition en Relais
- Possibilité de mettre un gardien (balles restent au sol)



OBJECTIF DE LA LEÇON 6 :
 Coopérer pour S'opposer collectivement
 Jouer en mouvement

PRISE EN MAINS / ÉCHAUFFEMENT	SITUATION D'APPRENTISSAGE N°1	SITUATION D'APPRENTISSAGE N°2	BILAN RETOUR AU CALME
10' / JEU DES FEUX DE COULEUR	10' PASSE ET SUIT / PASSE ET VA (CYCLE 3)	20' « MATCH 3C3 » SYSTÈME DE CLUBS	5' RASSEMBLEMENT FINAL BILAN

Organisation spatiale :



OBJECTIF :

Maîtriser la propulsion de balle
(direction et force) en Push.

CONSIGNES :

Faire une passe à son camarade puis
prendre sa place : PASSER et SUIVRE
(Contrôler la balle avant de l'envoyer
au suivant)

Quand je suis au dernier plot :
avancer 1 ou 2 mètres avant
d'envoyer au but.

SECU :

- Crosse contact/sol
- Balle contact/crosse
- Anticiper l'arrivée de la balle

CONTENUS**D'APPRENTISSAGE:**

- Positionner les mains sur la crosse
- Envoyer de profil (épaules vers la cible)
- Finir le geste de crosse vers la cible
- Bloquer de face pieds parallèles et crosse légèrement baissée

Simplification :

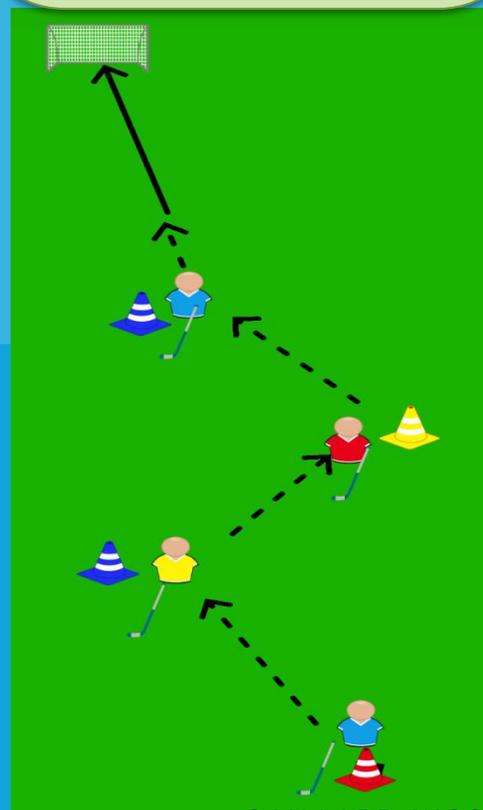
- Rapprocher les plots
- En marchant
- -conduire la balle plutôt que de l'envoyer

Complexification :

- Éloigner les plots
- Compétition parallèle la 1^{ère} équipe qui marque
- Bloquer en mouvement (sans que la balle ne s'arrête)
- Possibilité de mettre un gardien.

Critères de REUSSITE :

Réussir 2 passages sur 3 sans toucher les plots (Balle/crosse/ corps de l'élève) et en marquant le but.



OBJECTIF DE LA LEÇON 7 – 8 ... :
 Coopérer pour S'opposer collectivement
 Jouer en mouvement

PRISE EN MAINS / ÉCHAUFFEMENT	TOURNOI INTRA CLASSE OU INTER CLASSE	BILAN RETOUR AU CALME
10' / JEU DES FEUX DE COULEUR	« MATCH 3C3 » OU « 4C4 » SYSTÈME DE CLUBS 50'	5' RASSEMBLEMENT FINAL BILAN



Evaluation par compétence et/ou chiffrée :

DOMAINE PRIORITAIRES / ELEMENTS SIGNIFIANTS	Maîtrise insuffisante	Maîtrise fragile	Maîtrise satisfaisante	Très bonne maîtrise
DOMAINE 1-4 : "Pratiquer des APSA" INDIV / 8 pts COLL / 4 pts	INDIV : PB : perte de balle systématique PPB : (Partenaire du Porteur de Balle)joueur immobile Déf : suit la balle COLL : Repère-élève en zone Rouge	INDIV : PB : passe ou dribble PPB : Appel de balle sonore uniquement Déf : suit son adversaire direct COLL : Repère-élève en zone Jaune	INDIV : PB : passe ou dribble ou tir PPB : Appel de balle en mouvement Déf : Placé entre adversaire direct et le but COLL : Repère-élève en zone Verte	INDIV : PB : Idem + choix rapide PPB : Idem + changement de rythme Déf : Idem + interceptions COLL : Repère-élève en zone Bleue
Notation / 12 pts	0 - 3	3,5 - 6	6,5 - 10	10,5 - 12
DOMAINE 5 : " S'approprier une culture sportive" Joueur / Arbitre / Observateur / Coach	Rôle non respecté, délaissé	Rôle tenu de façon aléatoire / nombreux oublis	Rôle tenu pendant toute la leçon	Rôle tenu avec qualité + élève ressource pour les autres
Notation / 5 pts	0 - 1,5	2 - 2,5	3 - 4,5	5
DOMAINE 2 : " Coopérer et réaliser des projets"	Equipe en conflit, désorganisée à l'entrainement	Equipe se désorganisant au fil de la leçon, du match	Equipe organisée / coopération à l'entrainement	Equipe organisée + conseils durant les entrainements et matches
Notation / 3 pts	0	1	2	3



1. Le « M » chrono
2. Puissance 4
3. Concours de tirs
4. Cerceaux musicaux
5. La balle au capitaine
6. Les balles brûlantes
7. Les déménageurs
8.



OBJECTIFS :

Maîtriser un parcours avec de nombreux changements de direction

CONSIGNES :

Se déplacer rapidement et faire le parcours aller et retour du M.
S'entraîner sur 2 à 3 passages puis faire un chrono par équipe de 2 puis 4 et enfin tout le groupe (7 élèves environ)
Meilleur temps marqué sur tableau blanc

SECU :

Garder la crosse contact/sol
Ne pas confondre vitesse et précipitation.

CONTENUS

D'APPRENTISSAGE:

- Positionner ses mains sur la crosse.
- Garder contact Crosse/Balle.
 - Jouer côté plat .
 - Se concentrer sur les enchaînements du parcours en M.
 - Accélérer avec la balle puis ralentir pour changer de direction
 - Ajuster ses appuis

Critères de REUSSITE :

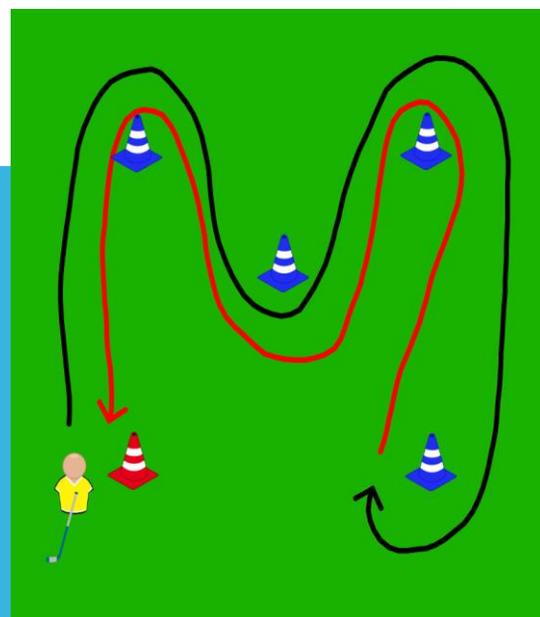
Être dans les 3 groupes les plus rapides de la classe ou de la journée.

Simplification :

- Mettre des coupelles de couleur sur le haut des plots pour mieux repérer le parcours

Complexification :

- Que en coup droit



OBJECTIFS :

Être la 1^{ère} équipe à aligner 4 balles dans sa colonne de cerceaux.

CONSIGNES :

Au signal de départ :

1. Aller chercher une balle dans la colonne adverse et la rapporter dans un cerceau libre de sa propre colonne. La balle doit être arrêtée et rester à l'intérieur du cerceaux (vu le matin)
1. Revenir et passer le relai au suivant.

SECU :

Garder la crosse contact/sol.
Être vigilant lors des croisement d'adversaire.
Lever la tête de la balle pour ne pas se percuter.

CONTENUS

D'APPRENTISSAGE:

- Positionner ses mains sur la crosse.
- Garder contact Crosse/Balle.
 - Jouer côté plat.
 - Se concentrer.
 - Accélérer avec la balle puis ralentir en anticipant l'arrêt dans le cerceau
 - Recouvrir la balle en coup droit pour bien l'arrêter

Critères de REUSSITE :

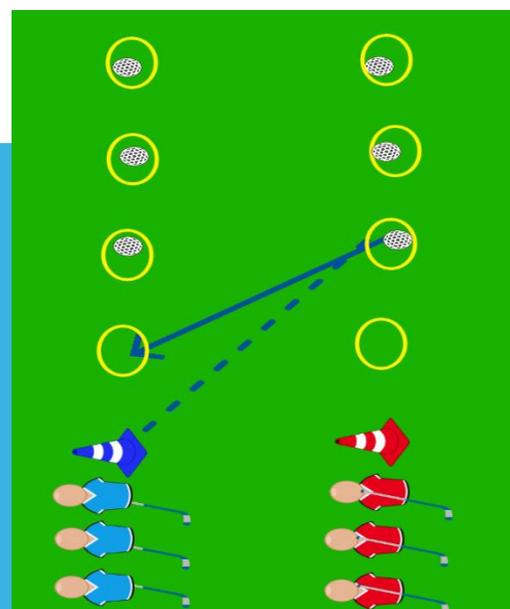
Gagner 2 matchs sur 3 (confrontations directes)

Simplification :

- Pose dépose de balle dans sa propre colonne.
- En relais apporter 4 balles dans ses propres cerceaux (4 balles au point de départ)

Complexification :

- Conduire la balle en revers (à sa gauche)



SITUATION : «CONCOURS DE TIRS»

OBJECTIFS :

Être le 1^{er} à atteindre le 5^{ème} coupelle et marquer le but.

CONSIGNES :

A tour de rôle : se positionner au premier plot et marquer le but. :

Si réussite : reculer d'un plot au passage suivant.

Si échec : réessayer du même plot au tour suivant.

Conserver sa balle après le tir.

Faire une compétition individuelle puis collective en parallèle : 1^{ère} équipe à avoir validé les 5 coupelles.

SECU :

Garder la crosse contact/sol
Récupérer sa balle puis revenir sans gêner les autres.

CONTENUS

D'APPRENTISSAGE:

- Positionner ses mains sur la crosse.
- Envoyer de profil pour être précis.
 - Prendre de l'élan en arrière de soi et crosse au sol pour envoyer fort.

Critères de REUSSITE :

Être dans les 3 premiers à finir

Simplification :

- Agrandir ou rapprocher le but
- Possibilité d'envoyer en 2 frappes

Complexification :

- Réduire le but (plots à l'intérieur)
- Envoyer en revers (à sa gauche)



OBJECTIFS :

Marquer le but et atteindre le plus haut score possible sur 5 tirs.

CONSIGNES :

A tour de rôle : se positionner à un plot au choix et marquer le but. :

Si réussite : multiplier le nombre de points par le numéro du plot.

Si échec : on ne marque pas de point.

Conserver sa balle après le tir.

Possibilité de faire une compétition individuelle puis collective en parallèle : 1^{ère}

équipe à avoir dépassé 100 pts.

SECU :

Garder la crosse contact/sol
Récupérer sa balle puis revenir sans gêner les autres.

CONTENUS

D'APPRENTISSAGE:

Positionner ses mains sur la crosse.

- Envoyer de profil pour être précis.
- Prendre de l'élan en arrière de soi et crosse au sol pour envoyer fort.

Simplification :

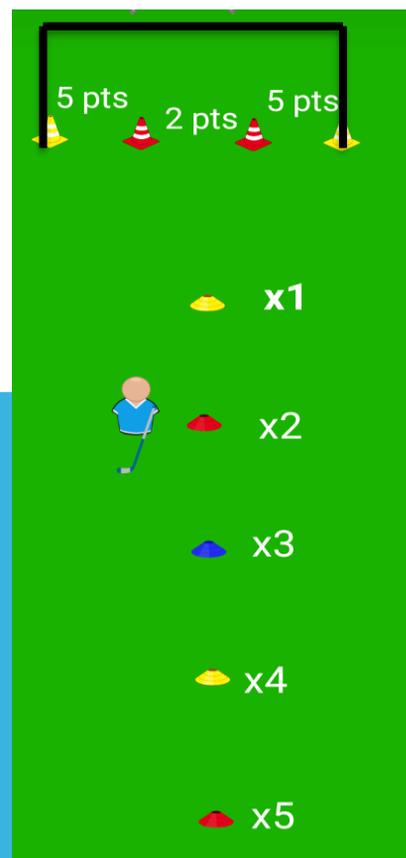
- Agrandir ou rapprocher le but
- Possibilité d'envoyer en 2 frappes

Complexification :

- 1pt balle à côté du but
- Réduire le but (plots à l'intérieur)
- Envoyer en revers (à sa gauche)
- Envoyer en mouvement (partir du plot précédent)

Critères de REUSSITE :

Capitaliser plus 50 pts sur 5 passages.



BUT :

Réaliser un déplacement suivi
d'un arrêt rapide
Prendre l'information en levant
la tête et réagir vite à un signal

CONSIGNES :

Se déplacer autour du rectangle
jaune.

Lorsque la musique s'arrête :
courir pour arrêter la balle dans
un cerceau avant les autres.

Un seul par cerceaux.

Faire une partie sans crosse
puis avec crosse.

Possibilité de jouer avec
élimination.

SECU :

crosse contact/sol
Rester dans l'axe de
déplacement

CONTENUS

D'APPRENTISSAGE:

Positionner mains sur la
crosse

Garder contact Crosse/
Balle

Jouer côté plat

Se concentrer sur le
signal = arrêt de la
musique

ARRETER LA BALLE EN
REVERS EN LA
RECOUVRANT (comme
au 1-2-3 Hockey)

Critères de REUSSITE :

Se déplacer
rapidement
S'arrêter
rapidement

Ne pas se faire
éliminer

Arriver en finale =
dans les 2
derniers

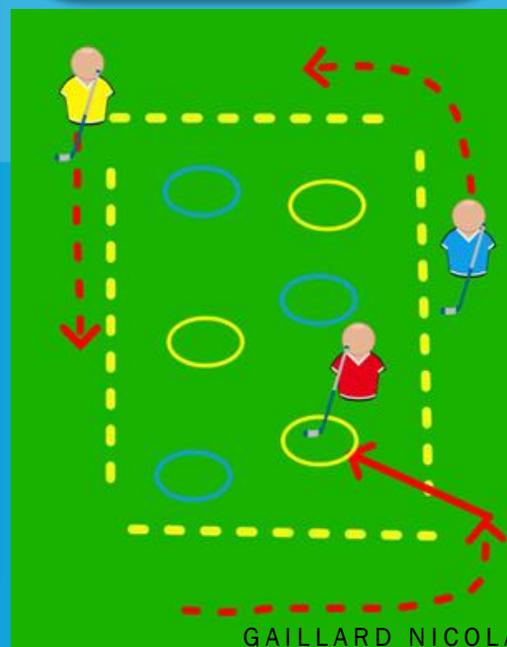
Simplification :

1 cerceau par
joueur

Complexification :

- Elimination : 1
cerceau en moins à
chaque fois.

- Ne pas aller 2 fois
de suite dans le
même cerceau



Variables didactiques = Compétences générales EPS et S4C

En match :

La « Bulle » : impossible de prendre la balle au porteur qui est protégé par une bulle imaginaire de 5". (= amplifier la réussite de tous)

Arbitrage : 1 arbitre = 1 faute à siffler (Pied / contact / attaque de crosse = tacle de crosse / validation But ...)

Les pieds non volontaires = non sifflés.

Les matchs à Thèmes :

- **Les scores multiples** : entrée en ZFM (Zone favorable de marque) = 1pt, tirer sans marquer = 3 pts. But marqué = 5pts
- **Multiplier le score final par le nombre de buteur de l'équipe.**
- **Le premier but de chaque joueur vaut 5 points le suivant 1pt.**
- **Carte gaming à pouvoir (T Ki Toi ?)**

Travail sur l'entraide et la cohésion (les rôles sociaux) :

Les « clubs » : définir des clubs de 6 joueurs. Les clubs sont hétérogènes en leur sein mais homogènes entre eux. Match en score acquis entre les 2 équipes du club = création d'une communauté d'intérêts.

Rendre les élèves acteurs de leurs apprentissages :

Utiliser le système de « score parlant » : commencer la leçon par un match en 10 possessions. Marquer le score coupelle 1/10/100/1000. (Indice de compétence de l'équipe). Faire réfléchir l'équipe sur l'atelier de travail et d'apprentissage à privilégier en fonction de leur score (Auto-détermination et Engagement actif).

Le Hockey sur gazon dans le monde et en France : **Quelques chiffres :**

Le 3ème sport le plus populaire au monde est le Hockey sur gazon !

Avec plus de **2 milliards** de joueurs, le hockey sur gazon est l'un des sports collectifs les plus populaires. Juste après le football et le basket. Avec une très grande communauté mondiale de fans passionnés.

Point important: **50% de pratiquantes** = il y a autant de femmes que d'hommes qui pratiquent ce sport.

Pourquoi le hockey sur gazon est-il si populaire?

Il a une histoire assez longue, d'abord: c'est l'un des plus anciens jeux de balle avec la crosse.

Les tout premiers clubs de hockey sur gazon voient le jour en **1851**, en Grande-Bretagne, le hockey sur gazon devient un sport au sens plein du terme. Le hockey sur gazon s'est répandu comme une traînée de poudre dans tout l'Empire britannique... Dans presque toutes les régions du monde.

En 1908, il est devenu un sport olympique.

À l'époque, l'Angleterre, et non la Grande-Bretagne, devenait championne de hockey sur gazon!

En 2024, Paris accueillera les Jeux Olympiques au stade Yves du Manoir de Colombes (92).

Les règles ont beaucoup évolué mais le hockey sur gazon a conservé son esprit de fair-play et sa finalité de sport collectif.

Lors de chaque jeu Auto-passe, Coups techniques (Shoot coup droit ou revers, scoop, raclette..., Petit Corner, Shoot Out) et la disparition des «*règles de hors-jeu*» offrent de grandes qualités pour un grand spectacle.

Avec un style et des valeurs à la fois traditionnels et contemporains, le hockey sur gazon est devenu une star de la télévision dans de nombreux pays : esprit de famille, inclusion sociale et égalité.

Le hockey français en chiffres

122 clubs actifs

17 297 licences

27.1 % de femmes / 72.9 % d'hommes

Vidéo de Hockey moderne :
France-Argentine:

<https://www.youtube.com/watch?v=bdTvk8qczmA&t=2s>

Histoire du Hockey sur gazon

Le hockey est le plus ancien jeu de balle et de crosse connu. Il existe des traces historiques indiquant qu'on y jouait en Perse en 2000 avant JC.



Dans l'Europe médiévale, les vitraux des cathédrales de Canterbury et de Gloucester mettent en scène des hommes jouant avec des cannes en forme de crochet.

Au Moyen-Age, ce jeu était devenu si populaire qu'il a été interdit pendant un certain temps en Angleterre car il faisait du tort la pratique du tir à l'arc, qui constituait à l'époque la base de la défense du pays.

Le nom de hockey vient probablement du français hocquet, ou bâton de berger, en référence à la forme courbée de la crosse.

Les débuts du hockey en tant que sport remontent à la fin du XIXe siècle. Le premier club de hockey fut certainement le Blackheath Football and Hockey Club, au sud-est de Londres, qui date d'au moins 1861, voire des années 1840. Les premiers groupes ont été formés en Grande-Bretagne.

Ils comprenaient l'Union Nationale de Hockey, située dans la région de Bristol de 1887 à 1895, et l'organe national officiel, l'Amateur Hockey Association, fondé à Londres en 1886.

Le hockey s'est véritablement développé en tant que sport britannique, puis s'est ensuite répandu dans le monde lorsque les soldats et ouvriers anglais l'ont exporté aux quatre coins de l'Empire de sa Majesté.

L'évolution du hockey suit l'évolution de la surface de ses terrains depuis 1976 et l'apparition des terrains en herbe synthétique (Documentaire de 20 min en anglais)

<https://www.thesurface-film.com/#trailer>

Histoire du Hockey sur gazon aux Jeux Olympiques

Le hockey aux Jeux Olympiques :

Le hockey figure pour la première fois au programme des Jeux de la IV^e Olympiade à Londres en 1908.

Supprimé du programme de 1912, il est réintroduit aux Jeux à Anvers en 1920 pour être à nouveau supprimé en 1924.

A partir des Jeux à Amsterdam en 1928, il fait partie du programme de chaque édition.

Le hockey féminin fait son entrée olympique lors des Jeux de la XXI^e Olympiade à Moscou en 1980.



Angleterre médaille d'or JO 1908



Inde-URSS JO 1980

<https://www.youtube.com/watch?v=-ABDaGcPcos>

Première participation des femmes
au JO de Moscou 1980 :

https://www.youtube.com/watch?v=QQw_w8AGUw

Top 10 buts lors de différents JO :

<https://www.youtube.com/watch?v=kja6DI-vbbk>





PARIS 2024



#HockeyScolaire



HOCKEY'S COOL

