



EPS Canada
Éducation physique et santé Canada



ANNÉE
4^e à 6^e
ANNÉE

Le tir à l'arc

en vedette

JEUX TERRITORIAUX

JEUX AVEC FILET
ET JEUX AU MUR

JEUX DE COURSE

JEUX DE FRAPPE ET
JEUX D'ATTRAPE

JEUX DE TIR SUR CIBLE

BOUGER



RÉFLÉCHIR



APPRENDRE



SAVOIR-FAIRE PHYSIQUE ET HABILÉTÉS MOTRICES FONDAMENTALES

REMERCIEMENTS :

Fondé en 1933, Éducation physique et santé Canada (EPS Canada) est un organisme national sans but lucratif dont la vision consiste à garantir que tous les enfants et les jeunes du Canada mènent une vie saine et active sur le plan physique. EPS Canada est pleinement engagé à améliorer la qualité de vie de tous les enfants et les jeunes en favorisant des initiatives qui encouragent leur participation accrue à l'activité physique

EPS Canada tient à souligner la gracieuse participation de nombreux individus, groupes et organismes à la production du présent guide, en particulier les personnes suivantes :

AUTEURS

Shelly Barthel, rédactrice et conseillère en éducation physique et santé, Saskatchewan

Kathy Fowler, rédactrice et conseillère en éducation physique et santé, Saskatchewan

Beth Ritchie, rédactrice et conseillère en éducation physique et santé, Ontario

Ashley Johnson, étudiante au doctorat, Kinésiologie et sciences de la santé, Université Queen's, Ontario

ÉQUIPE D'EXAMEN

Sylvie Béliveau, Canada Soccer

Danny Da Costa, Squash Canada

Marc Daneault, Tir à l'arc Canada

Raquel Pedercini, Fédération canadienne de handball olympique

Donna Ringrose, Softball Canada

RÉVISEURE

Kathleen Whitfield Fletcher, Words Write

ÉQUIPE DE PROJET

Sasha Alexov, coordonnatrice de programme. EPS Canada

Tricia Zakaria, coordonnatrice de programme. EPS Canada

Amber Muir, gestionnaire de programme. EPS Canada

Stephanie Talsma, gestionnaire de programme, EPS Canada



EPS CANADA TIEN À SOULIGNER LE GÉNÉREUX APPUI FINANCIER DU GOUVERNEMENT DU CANADA PAR L'INTERMÉDIAIRE DU MINISTÈRE DU PATRIMOINE CANADIEN (SPORT CANADA – PROGRAMME DE SOUTIEN AU SPORT).

2197, PROMENADE RIVERSIDE, PIÈCE 301, OTTAWA (ONTARIO) K1H 73
TÉLÉPHONE : (613) 523-1348 | TÉLÉCOPIEUR : (613) 523-1206
INFO@PHE-CANADA.CA | WWW.PHE-CANADA.CA

Bouger, réfléchir, apprendre : Le savoir-faire physique par le jeu et le sport. Le handball en vedette.

ISBN : 978-1-927818-32-9

© 2013 Éducation physique et santé Canada. Tous droits réservés. Aucune partie de ce programme ne peut être reproduite, stockée dans un système de recherche documentaire ou transmise sous quelque forme que ce soit ou par quelque moyen que ce soit, notamment par voie électronique ou mécanique, sans l'autorisation écrite préalable d'EPS Canada.

TABLE DES MATIÈRES

PARTIE A : INTRODUCTION. 4

Objet	4
Savoir-faire physique	4
Ressources à consulter pour en savoir plus sur le savoir-faire physique	4
Apprendre et comprendre par le jeu (ACJ)	5
Ressources pour en savoir plus au sujet d'ACJ	5
Jeux de tir sur cible	5
Jeux avec filet et jeux au mur	5
Jeux de frappe et jeux d'attrape	6
Jeux territoriaux	6
Jeux de course	6
Le sport... un outil d'apprentissage	6
Ressources pour en savoir plus sur le modèle de Développement à long terme de l'athlète	6

PARTIE B : PLANIFICATION AXÉE SUR L'ENSEIGNEMENT ET L'APPRENTISSAGE 7

Enjeux pédagogiques	7
Bouger	7
Réfléchir	7
Ressources pour en savoir plus au sujet des habiletés motrices fondamentales	7
Apprendre	8
Enjeux pédagogiques	9
Premier exemple : Unité de handball	10
Deuxième exemple : Unité des jeux territoriaux	10
Sécurité	11
Références	11

PARTIE C : DÉTERMINATION DU CONTEXTE. 12

Sport en vedette	12
Sport en contexte	12
Résumé des activités	15

PARTIE D : ACTIVITÉS BOUGER, RÉFLÉCHIR, APPRENDRE 16

Bouger 1 : Visons l'or	17
Réfléchir	17
Bouger 2 : Concentrons-nous	19
Réfléchir	19
Bouger 3 : Dans le mil.	21
Réfléchir	21
Bouger 4 : Plus haut, plus bas	23
Réfléchir	23
Bouger 5 : Tout ce qu'il faut	25
Réfléchir	25
Bouger 6 : Dans la zone	27
Réfléchir	27
Apprendre 1 : Parcours en campagne	29
Apprendre 2 : Défi d'équipe 3D en salle	31

PARTIE A Introduction

Objet

La série de ressources *Bouger, réfléchir, apprendre* a été conçue pour aider les enseignantes et enseignants d'éducation physique à mieux planifier les expériences de jeu qu'ils proposent aux enfants et aux jeunes. La série vise particulièrement les enseignantes et enseignants d'élèves de 9 à 15 ans environ (4^e année à 9^e année). Elle a pour but d'enrichir les connaissances et compétences des élèves, de les rendre plus confiants et de les encourager à s'engager plus à fond dans une gamme d'activités physiques et sportives.

Éducation physique et santé Canada (EPS Canada) revendique en faveur d'une **Éducation physique quotidienne de qualité** (EPQQ) dans toutes les écoles canadiennes. Tout programme d'EPQQ repose sur la détermination d'occasions planifiées dans l'optique d'améliorer les aptitudes au jeu. La série de ressources *Bouger, réfléchir, apprendre* favorise l'acquisition du savoir-faire physique en misant sur l'approche Apprendre et comprendre par le jeu (ACJ) et sur le modèle canadien du Développement à long terme de l'athlète (DLTA).

Savoir-faire physique

Le savoir-faire physique fait référence à l'aptitude d'une personne à bouger avec compétence en s'adonnant à une gamme d'activités physiques dans une variété de contextes de manière à profiter au développement de l'ensemble de la personne (EPS Canada).

Le concept du savoir-faire physique fait référence au développement continu de notre dimension incarnée, de notre disposition et de notre aptitude à bouger et à interagir dans divers contextes (Whitehead, 2010). Le concept repose, dans une grande mesure, sur les interactions et les interdépendances entre toutes les dimensions du soi. Par conséquent, le savoir-faire physique peut influencer sur le perfectionnement d'autres capacités, comme la cognition, la créativité et la confiance en soi, et aussi en subir les effets.

Le savoir-faire physique englobe divers aspects, y compris le développement des habiletés de jeu et l'aptitude à interpréter et réagir comme il faut à diverses situations. Cette dimension du savoir-faire physique est prise en compte dans *Bouger, réfléchir, apprendre*. Les expériences de jeu décrites dans ce guide engagent la participation de tous les apprenants, peu importe leur stade de développement, et favorisent le perfectionnement des habiletés motrices. Des expériences de jeu positives, significatives et agréables motivent les élèves et les incitent à explorer plein d'autres formes d'activité physique au fil de la vie. Partout au pays, il est clair que les programmes-cadres d'éducation physique provinciaux sont au service du savoir-faire physique.



Ressources à consulter pour en savoir plus sur le savoir-faire physique

- Site Web et vidéos : **Savoir-faire physique et stratégies d'enseignement**. EPS Canada (2014).
- Article : **Introduction au savoir-faire physique**. Au Canada, le sport c'est pour la vie.

PARTIE A

Apprendre et comprendre par le jeu (ACJ)

La série de ressources *Bouger, réfléchir, apprendre* souscrit à l'approche Apprendre et comprendre par le jeu (ACJ). D'abord décrite dans les années 1980 par Bunker et Thorpe, ACJ est un modèle pédagogique entièrement axé sur l'élève qui encourage les jeunes à s'engager activement dans la résolution de problèmes et les prises de décisions tout en apprenant à mieux apprécier les stratégies, les tactiques et les habiletés de jeu.

En participant à des jeux à portée réduite, les élèves découvrent comment des solutions tactiques sont transférables d'un jeu ou d'un sport à l'autre. Les élèves apprennent à prendre diverses décisions comme « quoi faire », « quand le faire » et « comment le faire » en réaction à des situations de jeu (Griffin et Patton, 2005). Jouer de cette façon permet aux élèves d'acquérir un savoir-faire physique et des compétences applicables à une large gamme d'activités (Mandigo, Butler et Hopper, 2007).

ACJ cherche à sensibiliser les élèves aux questions tactiques avant même l'acquisition de compétences. La notion de tactique fait ici référence aux gestes à poser dans une situation de jeu particulière (Bunker et Thorpe, 1982). Les problèmes tactiques (p. ex., comment garder un objet en sa possession) surgissent dans des contextes de jeu et obligent les participants à prendre des décisions (p. ex., Dribbler ou faire une passe? Quelle sorte de passe? Passer à qui?). Les tactiques de jeu diffèrent des stratégies de jeu qui font plutôt référence aux éléments du plan de jeu global dont on discute avant le début d'une joute (Gréhaigne, Godbout et Bouthier, 1999).

Pour faciliter l'apprentissage, les jeux ont été regroupés en grandes catégories en fonction de leurs structures, caractéristiques et objectifs communs (jeux de tir sur cible, jeux avec filet et jeux au mur, jeux de frappe et jeux d'attrape ainsi que jeux territoriaux). Aux fins de la série de ressources *Bouger, réfléchir, apprendre*, une catégorie « jeux de course » s'est ajoutée. Cette catégorie regroupe des jeux dont le but consiste à se déplacer efficacement pour franchir le plus vite possible une distance prédéterminée. Les paragraphes suivants décrivent brièvement ces catégories de jeux.

Jeux de tir sur cible

Le but premier des jeux de tir sur cible consiste à lancer un objet pour qu'il entre en contact avec une cible particulière (Mandigo et coll., 2007). Voici quelques exemples de jeux de tir sur cible sans opposition : le tir à l'arc, les quilles et le golf. Le curling et le jeu de boules sont des exemples de jeux de tir sur cible avec opposition.

Jeux avec filet et jeux au mur

Le but premier des jeux avec filet et des jeux au mur consiste à envoyer un objet dans la direction des adversaires de telle façon que ces derniers ne soient pas capables de retourner l'objet ou fassent une faute (Mandigo et coll., 2007). Voici quelques exemples de jeux avec filet et de jeux au mur : le badminton, la pelote (qui se joue avec une palette avec panier), le tennis, le volleyball, le sepak takraw (aussi appelé kick volley-ball) et le squash.



Ressources pour en savoir plus au sujet d'ACJ

- Site Web : [RécréAgir](#)
- Livre : [Habiletés motrices fondamentales : Au-delà des fondements — Une approche centrée sur le jeu](#). EPS Canada.

PARTIE A

Jeux de frappe et jeux d'attrape

Le but premier des jeux de frappe et des jeux d'attrape consiste à frapper un objet aussi loin que possible des joueurs défensifs pour obtenir des points et pour empêcher l'équipe adverse d'en faire (Mandigo et coll., 2007). Voici quelques exemples de jeux de frappe et d'attrape : le baseball, le cricket, le kickball, la balle molle et le rounder.

Jeux territoriaux

Le but premier des jeux territoriaux consiste à envahir la zone de l'adversaire pour marquer un but tout en protégeant son propre but (Mandigo et coll., 2007). Voici quelques exemples de jeux territoriaux : le basketball, le handball d'équipe, le soccer, le goalball, le hockey, la ringuette, le water-polo et le rugby.

Jeux de course

Le but premier des jeux de course consiste à se déplacer efficacement pour franchir le plus rapidement possible une distance prédéterminée. Les jeux de course peuvent inclure des séries de tâches (p. ex., saut de clôture, piste avec des frontières). Voici quelques exemples de jeux de course : le vélo, le patin de vitesse, le canot-kayak, la rame, la natation et le ski de fond.

Le sport... un outil d'apprentissage

Le modèle du Développement à long terme de l'athlète (DLTA) sert à encadrer le développement de l'athlète. Les sept stades du modèle décrivent le rôle du jeu, de l'éducation physique, du sport en milieu scolaire, des activités physiques récréatives et du sport compétitif dans le développement de l'athlète (Balyi, Cardinal, Higgs, Norris et Way, n.d.). Le modèle de DLTA souligne l'importance d'offrir aux enfants et aux jeunes des occasions de s'adonner à un large assortiment d'activités physiques et sportives. Beaucoup d'organisations sportives canadiennes se dotent d'un modèle de DLTA spécifiquement adapté à un sport.

Chaque ressource de la série *Bouger, réfléchir, apprendre* met l'accent sur un sport particulier de manière à faire vivre aux enfants et aux jeunes des expériences de jeu utiles et enrichissantes. Même si chaque ressource ne se concentre que sur un sport, on insiste sur la transférabilité des solutions tactiques d'un sport à l'autre. Les jeux à portée réduite décrits dans chaque ressource concordent avec les stades du DLTA et encouragent la participation à des jeux adaptés au stade de développement du joueur plutôt qu'à la version mature et évoluée de ce sport.



Ressources pour en savoir plus sur le modèle de Développement à long terme de l'athlète

- Site Web : [Au Canada, le sport c'est pour la vie](#)
- Site Web : [EPS Canada – le modèle de DLTA et le curriculum](#)

PARTIE B

Planification axée sur l'enseignement et l'apprentissage

Aperçu des ressources

Chaque ressource qui fait partie de la série est organisée en trois sections : *Bouger, Réfléchir, Apprendre*. Cette approche vise à faciliter la planification des enseignantes et des enseignants, mais ne fournit pas de plans de cours complets ou séquentiels.

Bouger

Le volet Bouger décrit six jeux différents. Chaque jeu met l'accent sur un problème tactique différent pour chaque catégorie de jeux associés au sport en vedette. Ces jeux peuvent servir de point de départ pour introduire un cours et ont été conçus pour apprendre aux élèves « quoi faire » dans le contexte du jeu. Le gabarit utilisé pour décrire chaque jeu figure ci-dessous :

TITRE : titre du jeu

ENJEU TACTIQUE : problème tactique auquel les élèves seront confrontés pendant le jeu

OBJECTIF : ce que les élèves vont tirer de leur expérience de jeu

LIEN AVEC LE SPORT : pertinence du problème tactique par rapport au sport

MODE DE PARTICIPATION : organisation des élèves pendant le jeu (p. ex., équipes de deux, 3 par 3)

ÉQUIPEMENT : liste de l'équipement requis

ORGANISATION : organisation de l'aire d'activité en prévision du jeu, y compris des diagrammes

DESCRIPTION : règlements et détails associés au jeu

MODIFICATIONS : changements qu'on peut apporter au jeu pour réduire ou accroître le degré de difficulté et de complexité afin de mieux répondre aux besoins des élèves

Réfléchir

Le volet Réfléchir suggère des questions tactiques que les enseignantes et enseignants peuvent poser aux élèves. Chaque série de questions fait directement référence au jeu du volet Bouger précédent et vise à encourager les élèves à réfléchir de façon critique et créative pour cerner le problème tactique, trouver des solutions à ce problème et déterminer les habiletés motrices requises pour appliquer ces solutions tactiques. Après avoir déterminé « quoi faire » dans le contexte du jeu, les élèves doivent maintenant trouver « comment faire ».

Les réponses des élèves aideront à orienter les prochaines étapes d'apprentissage au cours desquelles ils devraient avoir l'occasion d'acquérir les habiletés nécessaires pour appliquer des solutions tactiques. Ces prochaines étapes peuvent inclure la mise en pratique d'habiletés motrices ou jouer à une version modifiée du jeu pour perfectionner certaines habiletés ou reprendre la partie. Les élèves doivent être sensibilisés aux approches tactiques et maîtriser diverses habiletés pour devenir des joueurs habiles et compétents. Il revient aux enseignantes et enseignants de déterminer la meilleure façon de faire participer les élèves à des exercices qui amélioreront leurs habiletés, compte tenu de leur stade de développement et de leur degré de réceptivité. Permettre aux élèves d'acquérir des habiletés en jouant constitue une façon efficace de faciliter le transfert des habiletés acquises à une situation de jeu concrète.

Les ressources suivantes décrivent des habiletés motrices fondamentales et, dans la mesure du possible, des habiletés motrices particulières à un sport de manière à améliorer la pratique d'une habileté. Les habiletés motrices pertinentes sont indiquées dans la description de chaque jeu du volet Bouger.



Ressources pour en savoir plus au sujet des habiletés motrices fondamentales :

- Livres : [Série de ressources sur les habiletés motrices fondamentales d'EPS Canada](#)
- Vidéos : [Collection de vidéos sur les habiletés motrices fondamentales](#)
- Site Web : [Plans de cours et ressources Actifs Pour la Vie](#)

PARTIE B

Apprendre

Chaque volet Apprendre décrit deux jeux. Il s'agit de jeux plus complexes que ceux abordés dans le cadre du volet Bouger qui font progresser les élèves vers une version plus mature et évoluée du sport en vedette. Pendant qu'ils jouent, les élèves ont la chance de prendre des décisions et d'appliquer des solutions pour résoudre des problèmes tactiques. Ces jeux peuvent constituer le point culminant d'une leçon ou d'une unité.

Pour intensifier la sensibilisation tactique, la ressource énonce après chaque description de jeu une série de questions pour encourager les élèves à réfléchir de façon critique et créative. Elle explique aussi des façons spécifiques de transférer les solutions tactiques d'un jeu à l'autre dans une même catégorie de jeu. Le fait de mettre l'accent sur la transférabilité des solutions tactiques aide les élèves à mieux comprendre et améliore leurs compétences, même s'ils doivent faire appel à des habiletés motrices différentes pour jouer à divers jeux.

LE TABLEAU CI-DESSOUS RÉSUME CE QUI PEUT ÊTRE ENSEIGNÉ ET APPRIS DANS CHAQUE VOLET DE LA RESSOURCE :

	<i>Ce que doivent faire les élèves</i>	<i>Ce que doivent faire les enseignantes et enseignants</i>
BOUGER Jeu qui met l'accent sur un problème tactique.	Participer à des jeux à portée réduite adaptés à leur stade de développement et qui leur donneront maintes occasions de participer activement.	Faciliter le bon déroulement du jeu et sa tenue dans un environnement sécuritaire. Observer les élèves au jeu.
RÉFLÉCHIR Questions pour aider les élèves à cerner le problème tactique associé au jeu du volet BOUGER et à commencer à déterminer des solutions et des habiletés requises.	Examiner et partager des réponses à partir de leurs expériences de jeu et poser de nouvelles questions. Mettre en pratique et perfectionner leurs habiletés motrices et leurs solutions tactiques.	Poser des questions qui faire ressortir le problème tactique et les solutions pertinentes. Encouragez une grande quantité de réponses variées, être ouvert aux nouvelles idées, poser des questions pointue pour peaufiner les réponses des élèves. Partir des réponses pour franchir les étapes d'apprentissage suivantes. Donner l'occasion aux élèves de mettre en pratique et perfectionner les habiletés motrices dont ils ont besoin pour appliquer les solutions tactiques.
APPRENDRE Jeu plus complexe qui met l'accent sur le recours à des solutions tactiques pendant la joute.	Participer à des jeux à portée réduite adaptés à leur stade de développement et prendre des décisions pour atteindre les objectifs du jeu.	Faciliter l'exécution des jeux dans un environnement sécuritaire. Observer les élèves au jeu, arrêter occasionnellement le jeu pour poser des questions afin d'aider les élèves à prendre des décisions et à utiliser des solutions tactiques.

PARTIE B

Enjeux pédagogiques

Il importe de tenir compte de divers enjeux pédagogiques pour garantir à l'ensemble des élèves une expérience d'apprentissage à la fois pertinente, agréable et inclusive. En structurant les occasions de jeu pour permettre à tous les élèves de participer positivement en relevant des défis appropriés, on favorise l'apprentissage des élèves, la confiance en soi et la compétence.

Les jeux de la série de ressources *Bouger, réfléchir, apprendre* s'accordent avec le stade de développement des élèves puisqu'ils sont à portée réduite (p. ex., 3 contre 3), ce qui permet à tous les élèves de participer activement à l'expérience de jeu. Cela dit, les jeux présentés le sont à titre d'exemple. Les enseignantes et enseignants doivent s'assurer que les jeux sont structurés de façon à correspondre aux besoins et habiletés des élèves. La description de chaque jeu suggère des modifications à l'équipement, à l'espace et aux règles si nécessaire pour rendre le jeu plus ou moins difficile ou complexe selon les élèves. **Dans certains cas (p. ex., tir à l'arc, squash, cyclisme, canot- kayak), les jeux ne nécessitent pas de l'équipement sportif ou des installations en particulier. Les enseignantes et enseignants dûment formés ou qui ont accès à la formation pertinente ou à l'équipement et aux installations qui conviennent peuvent intégrer ces éléments à leur gré.**

Dans le cas d'un modèle centré sur l'élève comme Apprendre et comprendre par le jeu, il est essentiel que les enseignantes et enseignants puissent poser des questions après un jeu pour aider les élèves à apprendre et à prendre les bonnes décisions tactiques. Il importe de poser des questions qui permettent aux élèves de comprendre quoi faire pour résoudre un problème tactique et pourquoi, puis de poursuivre en trouvant des façons d'appliquer la solution trouvée (Mitchell, Oslin et Griffin, 2013). Le type et le nombre de questions posées par l'enseignante ou l'enseignant tiennent compte du degré de réceptivité des élèves.

PARTIE B

La série de ressources **Bouger, réfléchir, apprendre** vise à faciliter la planification des enseignantes et enseignants. Il ne s'agit pas de leçons exhaustives ou séquentielles. Par conséquent, les enseignantes et enseignants peuvent utiliser la ressource de diverses façons. Les deux exemples suivants démontrent en quoi les enseignantes et enseignants peuvent se servir de la ressource **Bouger, réfléchir, apprendre – Handball** comme outil de planification en s'inspirant de l'approche ACJ.

Premier exemple : Unité de handball

M. Roy veut mettre sur pied une unité de handball pour une période de deux semaines. En mettant l'accent sur un sport unique, il veut aider les élèves à vivre des expériences plus intenses en lien avec les problèmes tactiques propres au handball. Il veut aussi mettre l'accent sur la transférabilité des solutions tactiques à d'autres jeux territoriaux (Mitchell et coll., 2013).

M. Roy consulte la ressource **Bouger, réfléchir, apprendre - Handball** pour cerner les problèmes tactiques auxquels s'attaquera son unité et fait le lien avec les résultats d'apprentissage du programme-cadre provincial. Les résultats d'apprentissage du programme-cadre aident à déterminer les stratégies et les critères d'évaluation. Quand vient le temps de déterminer la séquence d'apprentissage, M. Roy se sert du jeu du volet **Bouger** et des idées de modification pour définir le jeu utilisé pour inaugurer chaque leçon. Il ajuste ensuite les questions du volet **Réfléchir** pour qu'elles reflètent mieux les besoins des élèves de sa classe. Puisqu'il a besoin de précisions sur les indices d'exécution du lancer en dessus, il consulte la [collection de vidéos sur les habiletés motrices fondamentales d'EPS Canada](#) avant de déterminer les exercices-jeu qui amélioreront les habiletés motrices des élèves. Chaque leçon, M. Roy choisit un jeu culminant du volet **Apprendre** qui permet aux élèves d'appliquer leurs solutions tactiques et leurs compétences décisionnelles. À l'occasion, le jeu du volet **Apprendre** est une version modifiée du jeu **Bouger** initial. M. Roy est prêt à commencer et ajuste son plan, au besoin, de manière à favoriser l'apprentissage de ses élèves.

Exemple

1

Deuxième exemple : Unité des jeux territoriaux

Mme Richer veut mettre sur pied une unité de jeux territoriaux pour une période de deux semaines. Elle décide de miser sur un large échantillonnage de jeux de manière à offrir aux élèves une gamme variée d'expériences-jeux qui les aideront à transférer leurs connaissances d'un jeu territorial à l'autre (Mitchell et coll., 2013). Mme Richer consulte également la ressource **Bouger, réfléchir, apprendre - Handball** pour cerner les problèmes tactiques auxquels s'attaquera son unité. Elle fait le lien avec les résultats d'apprentissage du programme-cadre provincial et établit des critères d'évaluation. Quand vient le temps de déterminer la séquence d'apprentissage, Mme Richer incorpore les idées de transférabilité des deux du volet **Apprendre** dans chacune de ses leçons. Parfois, elle s'organise pour que des jeux avec un même enjeu tactique se jouent au début de deux leçons consécutives ou pendant la même leçon, mais en explorant des habiletés motrices différentes. À titre d'exemple, les élèves peuvent jouer à **Ballon frontières** en lançant et en attrapant le ballon avec les mains (handball), puis recommencer en bottant et en capturant le ballon avec les pieds (soccer). Mme Richer ajuste aussi les questions du volet **Réfléchir** pour qu'elles reflètent mieux les besoins des élèves de sa classe et détermine les exercices-jeu qui amélioreront les habiletés motrices des élèves. En dernier lieu, Mme Richer choisit pour chaque leçon un jeu culminant du volet **Apprendre** pour permettre aux élèves d'appliquer leurs solutions tactiques et leurs compétences décisionnelles. Mme Richer est prête à commencer et ajuste son plan, au besoin, de manière à favoriser l'apprentissage de ses élèves.

Dans ces deux exemples, l'enseignant et l'enseignante proposent aux élèves une séquence d'apprentissage qui est sensée les aider à devenir des joueurs plus compétents en les sensibilisant aux tactiques et en les incitant à parfaire leurs habiletés motrices. Les élèves finissent par mieux comprendre quoi faire dans une situation de jeu et quand et comment le faire pour atteindre les objectifs du jeu.

Exemple

2

PARTIE B

Sécurité

Puisque toute activité physique pose des risques, il faut offrir aux élèves un contexte d'apprentissage physique, émotionnel, mental et spirituel sécuritaire où ils peuvent apprendre tout en s'adonnant à des activités physiques. Les enseignantes et enseignants doivent leur proposer des expériences bien planifiées et adaptées à leur stade de développement pour réduire le risque d'accidents et de blessures. En plus d'être sensibles au niveau de développement des élèves, ils doivent faire preuve de bon sens et de perspicacité et être pleinement familiers avec les plus récentes lignes directrices sur la sécurité provinciales, territoriales et autres.

Références

Balyi, I., Cardinal, C., Higgs, C., Norris, S. et Way, R. (sans date). **Au Canada le sport c'est pour la vie: Développement à long terme du participant/athlète 2.0.**

Bunker, B. et Thorpe, R. (1986). The curriculum model. Dans R. Thorpe, D. Bunker et L. Almond (éditeurs), *Rethinking games teaching* (pp. 7–10). Loughborough, Royaume-Uni : University of Technology, Loughborough.

Éducation physique et santé Canada. (2014). **Qu'est-ce que le savoir-faire physique?**

Gréhaigne, J. F., Godbout, P. et Bouthier, D. (1999). The foundations of tactics and strategy in team sports. *Journal of Teaching in Physical Education*, 18(2), 159–174. Mandigo, J., Butler, J., & Hopper, T. (2007). What is teaching games for understanding? A Canadian perspective. *Physical & Health Education Journal*, 73(2), 14–20.

Griffin, L. et Patton, K. (2005). Two decades of Teaching Games for Understanding: Looking at the past, present, and future. Dans L. Griffin et J. Butler (éditeurs), *Teaching Games for Understanding: Theory, research, and*

practice (pp.1–17). Champaign, Illinois : Human Kinetics. Mitchell, S. A., Oslin, J. L., & Griffin, L. L. (2013). *Teaching sport concepts and skills: A tactical approach for ages 7–18* (3rd ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.

Mandigo, J., Butler, J. et Hopper, T. (2007). What is Teaching Games for Understanding? A Canadian perspective. *Journal de l'éducation physique et l'éducation à la santé*, 73(2), 14–20.

Metzler, M. W. (2011). *Instructional models for physical education* (3e édition). Scottsdale, Arizona : Halcomb Hathaway.

Mitchell, S. A., Oslin, J. L. et Griffin, L. L. (2013). *Teaching sport concepts and skills: A tactical approach for ages 7–18* (3e édition). Champaign, Illinois : Human Kinetics.

Nosich, G. M. (2009). *Learning to think things through: A guide to critical thinking across the curriculum* (3e édition). New Jersey : Pearson Prentice Hall.

Whitehead, M. (2010). *Physical literacy throughout the lifecourse*. London : Routledge.



Sport en vedette

Les renseignements ci-dessous sur le sport en vedette visent à piquer l'intérêt des élèves et les inciter à participer avant même le début de l'expérience d'apprentissage. À titre d'exemple, les enseignantes et enseignants peuvent partager avec eux l'information suivante sur le tir à l'arc et :

- demander aux élèves de remplir en petits groupes un tableau T-P-E (Nosich, 2009) indiquant ce qu'ils pensent (P) du tir à l'arc, ce qui les intrigue (I) au sujet du tir à l'arc et comment ils comptent explorer (E) les aspects du tir à l'arc qui les intriguent;
- faire des liens avec des événements locaux, provinciaux, nationaux et internationaux.

Sport en Contexte

LE SAVIEZ-VOUS?

- Le *tir à l'arc* est le nom moderne donné à ce qui s'appelait autrefois *l'archerie*, un mot dérivé du latin *arcus* qui signifie *arc et flèches*.
- Il existe plusieurs types d'arc, entre autres le grand arc, l'arbalète, l'arc en pyramide, l'arc recourbé et l'arc à poulies.
- Quand les archers participent aux Jeux olympiques, ils doivent écrire leurs initiales sur chaque flèche.
- Les archers tirent en fonction de leur œil dominant et non de leur main dominante.
- Quand un archer fend en deux la flèche d'un concurrent ou sa propre flèche, on dit qu'il a réussi un Robin des bois en référence à la légende de Robin des bois aurait un jour remporté un concours de tir à l'arc avec ce coup de maître.
- Des gens avec divers types d'invalidité s'adonnent au tir à l'arc. De fait, le record mondial pour la distance et la précision appartient à Matt Stuzman, un archer sans bras.

HISTORIQUE

- Le premier peuple connu pour avoir utilisé des arcs et des flèches sont les anciens Égyptiens qui ont adopté le tir à l'arc pour la chasse et à des fins guerrières.
- La première compétition officielle de tir à l'arc se tenait en Angleterre en 1583 et attirait 3 000 participants
- Pendant la Guerre de 30 ans (1616-1648), l'introduction de l'arme à feu a déclassé l'usage de l'arc et des flèches comme type d'arme.
- Le tir à l'arc a continué d'évoluer pour devenir un sport récréatif et compétitif.
- Le tir à l'arc est un sport olympique depuis 1900.
- En 1904, des archères ont participé aux Olympiques, ce qui fait du tir à l'arc l'un des premiers sports à avoir accueilli des femmes.

RÈGLES

- Le tir à l'arc est un sport avec cible non opposé. Un archer muni d'un arc et de flèches tire des flèches vers le centre d'une cible en visant avec le plus de précision possible.
- Le but du tir à l'arc, c'est d'atteindre le centre de la cible et d'obtenir plus de points que ses adversaires.
- Le tir à l'arc comprend deux disciplines: le tir à l'arc sur cible et le tir à l'arc en campagne.

PARTIE C

APERÇU SIMPLIFIÉ DES RÈGLES DU TIR À L'ARC :

- Règles pour le tir à l'arc avec cible :
 - o La surface de la cible doit mesurer 40 cm.
 - o La cible est à 18 m de l'archer.
 - o Chaque archer lance 60 flèches en 20 volées; chaque volée comprend 3 flèches qui doivent être tirées en 2 minutes.
- Règles pour le tir à l'arc extérieur :
 - o La surface avant de la cible doit mesurer 80 cm ou 122 cm.
 - o La distance entre la ligne de tir et la cible varie entre 30 m et 90 m (selon la compétition).
 - o Les archers ont 4 minutes pour tirer 6 flèches.
- Règles pour le tir à l'arc en campagne :
 - o Des cibles sont installées dans des régions boisées ou sur des terrains rugueux à des distances indiquées ou non indiquées.
 - o Il existe quatre grandeurs de surface pour les cibles : 80 cm, 60 cm, 40 cm et 20 cm.
 - o On place six cibles de chaque grosseur le long du parcours.
 - o Les participants tirent d'une distance de 5 m à 60 m selon la division vers des cibles en pente montante et en pente descendante.
 - o Les archers se déplacent à pied d'une cible à l'autre le long d'un parcours préétabli.
 - o Des points sont attribués (de 1 à 6) en fonction de l'endroit atteint par la flèche sur la cible, de l'anneau noir extérieur au rond doré central.
 - o Dans le populaire style de tir à l'arc 3D, les archers utilisent des modèles grandeur nature d'animaux sauvages,

comme des chevreuils, en guise de cibles.

- Les points sont accordés en fonction de l'endroit que la flèche atteint sur la cible, de l'anneau blanc extérieur au cercle doré intérieur (points allant de 1 à 10).

VOICI QUELQUES EXEMPLES QUI EXPLIQUENT COMMENT MODIFIER LES RÈGLES SELON LE CONTEXTE D'ENSEIGNEMENT AINSI QUE LE STADE DE DÉVELOPPEMENT ET LE NIVEAU D'HABILITÉS DES ÉLÈVES :

- Installez des cibles de différentes grosseurs et à différentes distances pour accroître ou réduire le degré de difficulté (plus la cible est petite et éloignée, plus la tâche est difficile).
 - o Demandez aux élèves de s'exercer à adopter la bonne position et à bien placer le bras qui tire.
 - o Collez un cerceau ou un disque sur un mur ou créez des cibles de grosseurs variées sur le mur à l'aide de ruban adhésif, puis demandez aux élèves d'essayer d'atteindre ces cibles à partir de diverses distances.
- N'imposez aucune limite de temps pour tirer un nombre particulier de flèches afin d'alléger la pression et de donner plus de temps aux élèves pour perfectionner leur tir.

Pour obtenir d'autres renseignements sur les règles, allez à : www.archerycanada.ca/fr ou à www.worldarchery.org/ACCUEIL



PLEINS FEUX SUR NOS
ATHLÈTES CANADIENS

Marie-Pier Beudet

- Date de naissance : 12 décembre 1986
- Lieu de naissance : Québec (Québec)
- Type d'événement : Tir à l'arc recourbé
- Plus jeune archer canadien de tous les temps à se qualifier pour les Jeux olympiques à 17 ans
- A gagné une médaille d'argent aux Jeux panaméricains de 2007
- A gagné une médaille de bronze aux Jeux du Commonwealth de 2011



PLEINS FEUX SUR NOS
ATHLÈTES CANADIENS

Christopher Perkins

- Date de naissance : 1^{er} mai 1992
- Lieu de naissance : Athens (Ontario)
- Type d'événement : Tir à l'arc à poulies
- A gagné la médaille d'or en individuels aux Championnats du monde de tir à l'arc 2011
- A gagné sa première compétition mondiale de tir à l'arc alors qu'il était encore un junior
- Détient le titre de Champion canadien de tir à l'arc 2013
 - o A établi un nouveau record mondial (avec un pointage de 715 sur 720) pour une ronde de 720 à 50 m avec un arc à poulies lors des Championnats canadiens de tir à l'arc

PARTIE C

LIENS TRANSCURRICULAIRES

Puisque cette ressource est pleinement centrée sur l'élève, elle donne aux jeunes l'occasion de BOUGER, de RÉFLÉCHIR et d'APPRENDRE tout en les initiant aux dimensions tactiques des jeux de tir sur cible. L'ajout de liens transcurriculaires avec diverses matières scolaires constitue une excellente façon de favoriser et d'enrichir l'apprentissage des élèves en lien avec d'autres matières.

LIENS TRANSCURRICULAIRES POUR LE TIR À L'ARC

- Histoire : Discussion sur ce que l'arc et les flèches signifiaient pour les peuples autochtones du Canada au début des années 1800. Les élèves peuvent inventer un récit décrivant la vie d'une famille à cette époque.
- Mathématiques : additions (calculer mentalement le nombre de points obtenus par chaque archer)
- Histoire : passer en revue les divers usages de l'arc et des flèches par divers groupes (pour la guerre, la chasse, les loisirs et le sport)



Autres sources de renseignements

RESSOURCES

- Ressource sur le DLTA – [Tirez pour le plaisir, tirez pour exceller, tirez toute la vie](#)

SITES WEB

- [Tir à l'arc Canada](#)
- [Fédération mondiale de tir à l'arc](#)
- [Association internationale de tir à l'arc en campagne](#) (en anglais seulement)
- [Comité paralympique international de tir à l'arc](#) (en anglais seulement)

ASSOCIATIONS PROVINCIALES

- [British Columbia Archery Association](#) (en anglais seulement)
- [Alberta Target Archers Association](#) (en anglais seulement)
- [Saskatchewan Archery Association](#) (en anglais seulement)
- [Archers and Bowhunters Association of Manitoba](#) (en anglais seulement)
- [Ontario Association of Archers](#) (en anglais seulement)
- [Fédération de tir à l'arc du Québec](#)
- [Archers Association of Nova Scotia](#) (en anglais seulement)
- [Association des archers du Nouveau Brunswick](#)

GRANDS ÉVÉNEMENTS

- Coupe mondiale
- Championnats du monde
- Jeux olympiques et paralympiques

PARTIE C

Résumé des activités

Tout au long de cette ressource, on fera référence au tir à l'arc, un jeu avec cible sans opposition, pour explorer les problèmes tactiques associés aux jeux avec cible. Le but de tout jeu avec cible consiste à lancer un objet de manière à ce qu'il entre en contact avec une cible particulière (Mandigo, Butler et Hopper, 2007).

LE TABLEAU CI-DESSOUS DÉCRIT LES ACTIVITÉS BOUGER, RÉFLÉCHIR, APPRENDRE RECOMMANDÉES POUR AIDER LES ÉLÈVES À ACQUÉRIR DES HABILÉTÉS QUI LEUR PERMETTRONT DE JOUER PLUS EFFICACEMENT À DES JEUX AVEC CIBLE.

Enjeu tactique	Bouger	Réfléchir	Apprendre
Lancer avec précision – routine à suivre avant le lancer	Visons l'or	<p>Les réponses des élèves aux questions tactiques qui leur sont posées après chaque joute aident à déterminer les prochaines étapes d'apprentissage. Ce processus devrait leur permettre de trouver plus facilement des solutions tactiques.</p> <p>Pour en savoir plus sur comment aider les élèves à perfectionner les habiletés motrices requises pour le tir à l'arc, consultez les ressources indiquées à la page 6.</p>	
Lancer avec précision – décider quand lancer	Concentrons-nous		
Bonne visée et précision pour la distance – estimer la distance jusqu'à la cible	Dans le mil		
Bonne visée et précision pour la distance et la direction – atteindre une cible haute et basse	Plus haut, plus bas		Parcours en campagne
Bonne visé et précision pour la distance – choisir l'équipement	Tout ce qu'il faut		Défi d'équipe 3D en salle
Bonne visée et précision dans des contextes stressants	Dans la zone		

PARTIE D

Activités Bouger, réfléchir, apprendre



BOUGER



1 : Visons l'or

ENJEU TACTIQUE :

Lancer avec précision

OBJECTIF :

Les élèves mettent au point et exécutent une même routine avant chaque lancer.

LIEN AVEC LE SPORT :

La bonne forme est à la base de tirs précis au tir à l'arc.

La bonne forme suppose une position de pré-lancer techniquement solide et en

équilibre pour enclencher la séquence de mouvements. L'aptitude d'un archer à se concentrer et à préparer chaque tir de la même façon est essentielle pour garantir la précision.

MODE DE PARTICIPATION :

équipes de deux

ÉQUIPEMENT POUR CHAQUE ÉQUIPE DE DEUX :

- 1 cible (p. ex., brique sur un mur, cerceau, cible peinte)
- 1 cerceau ou sceau
- 2 pylônes
- 3 objets au choix de l'élève qui ne roulent pas (p. ex., sacs de fèves, balles de relaxation, balle en laine)
- Liste des conditions du jeu (voir ci-dessous) affichée dans l'aire d'activité

DESCRIPTION :

- Organisez les élèves en équipes de deux et désignez une cible pour chaque équipe.
- Indiquez aux élèves la distance entre chaque pylône et à cible pour qu'ils commencent à reconnaître la distance par rapport à une cible. Demandez aux élèves de choisir la distance à laquelle ils se sentent le plus à l'aise pour lancer.
- Les élèves peuvent choisir les objets qu'ils aimeraient lancer, mais ils doivent choisir trois fois le même objet qui ne roule pas.
- À tour de rôle, les équipes de deux viennent se placer derrière le pylône, puis lancent par-dessus trois objets en essayant d'atteindre la cible trois fois de suite.
 - Le premier élève lance; le second élève choisit la condition que devra respecter le lanceur et va récupérer les objets. La condition indique ce que le lanceur devra faire avant chaque lancer. Les élèves peuvent consulter la liste de conditions préparée par l'enseignant et affichée dans l'aire de jeu. Les conditions suivantes devraient faire partie de cette liste :
 - o lancer sans bouger les pieds
 - o prendre une grande respiration avant chaque lancer
 - o lancer les trois objets dans un délai de 10 secondes
 - o compter lentement jusqu'à 10 avant chaque lancer
 - o effectuer cinq sauts groupés avant chaque lancer
 - o visualiser la balle en train d'atteindre la cible avant chaque lancer
 - Le terme *fin* signifie que chacun des deux élèves a eu un tour pour lancer ses trois objets. Ils continuent de jouer pendant quatre volées.
 - Les équipes de deux choisissent une condition différente à chaque fin.
 - Chaque élève essaie de marquer plus de points que son coéquipier. Le lanceur obtient 1 point chaque fois qu'il réussit à atteindre la cible trois fois de suite.

RÉFLÉCHIR



QUESTIONS TACTIQUES POUR LES ÉLÈVES :

- En quoi votre lancer a-t-il été modifié quand votre partenaire a changé d'action avant le lancer?
- Qu'est-ce qui vous a aidé à atteindre la cible?
- Que pouvez-vous faire avant de lancer pour avoir plus de chances d'atteindre la cible?
- Quelles conditions météorologiques pourraient influencer votre lancer si vous étiez à l'extérieur?

REMARQUE : Les réponses des élèves vous aideront à déterminer les prochaines étapes de leur apprentissage. Le processus devrait leur permettre d'acquérir les habiletés requises pour appliquer les solutions tactiques, y compris des exercices pour peaufiner leurs habiletés motrices dans le cadre d'un jeu, d'une version modifiée du jeu axée sur des aspects précis ou d'une reprise du jeu.

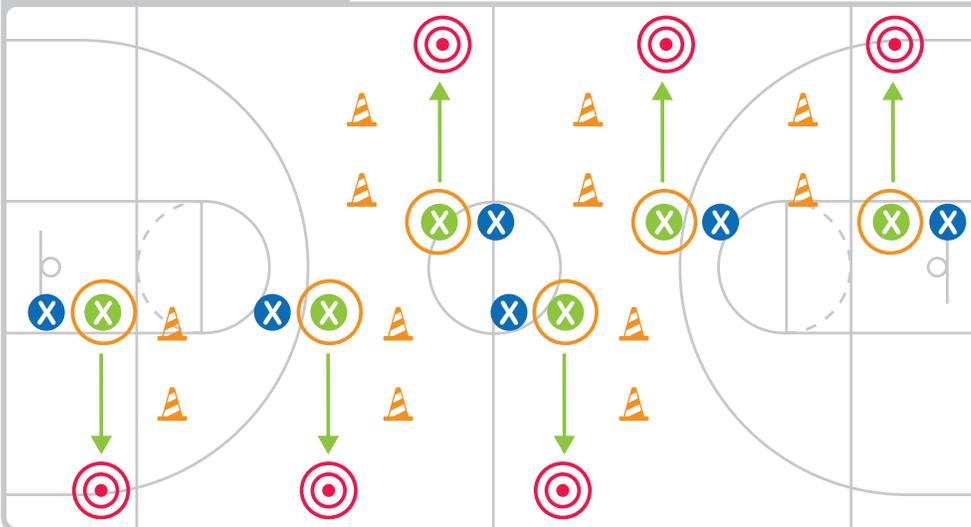
SUITE À LA PAGE SUIVANTE





SUITE DE LA PAGE PRÉCÉDENTE

ORGANISATION DU JEU :



MODIFICATIONS :

- Augmentez ou réduisez la distance à partir de laquelle les élèves doivent lancer.
- Augmentez ou réduisez la grosseur de la cible.
- Proposez aux élèves d'autres objets à lancer (p. ex., moitié d'une frite de piscine).
- Demandez à l'un des deux élèves de bouger modérément ou vigoureusement sur place pendant que l'autre lance.
- Demandez aux élèves d'établir de nouvelles conditions de jeu.

- Déterminez ou installez des cibles sur le mur autour du périmètre de la zone d'activité à la hauteur des yeux (à l'horizontale) des élèves.
- Placez les pylônes devant les cibles et à intervalles (p. ex., à 2 m, 3 m et 4 m de la cible) pour désigner les endroits à partir desquels les élèves peuvent choisir de lancer.
- Placez un cerceau ou un sceau sur le plancher près des pylônes où les groupes vont placer leurs trois objets.
- Affichez les listes de conditions du jeu dans des endroits bien en vue.

CIBLES
 LANCEURS
 RAMASSEURS
 CERCEAUX

BOUGER



2 : Concentrons-nous

ENJEU TACTIQUE :

Lancer avec précision

OBJECTIF :

Les élèves apprennent à déterminer le meilleur moment pour lancer.

LIEN AVEC LE SPORT :

Dans une compétition de tir à l'arc, les archers doivent tirer leurs flèches à chaque fin de barrage dans un délai préétabli (p. ex., 2 minutes pour une volée de trois flèches). Le moment choisi par l'archer pour tirer une flèche dépend de plusieurs facteurs. L'aptitude de l'archer à se concentrer sur la cible et ne pas se laisser distraire est essentielle pour tirer avec précision et en toute sécurité sans égard aux conditions.

MODE DE PARTICIPATION :

équipes de deux

ÉQUIPEMENT POUR CHAQUE ÉQUIPE DE DEUX :

- 1 cible (p. ex., boîte à chaussures ou cerceau fixé à une chaise)
- 1 cerceau ou un sceau
- 2 pylônes
- 8 à 10 objets légers (p. ex., balles de ping pong, frites de piscine coupées en deux)

DESCRIPTION :

- Constituez des équipes de deux et désignez une cible pour chaque équipe.
- Les deux élèves ont trois chances de lancer par-dessus leurs objets vers la cible à partir de la zone de lancement (trois volées). Indiquez aux élèves la distance entre la zone de lancement et la cible (p. ex., 2 m – 5 m) pour qu'ils commencent à évaluer la distance d'un point à l'autre.
- Le lanceur a 1 minute pour lancer ses objets légers dans le but d'atteindre la cible. Le lanceur ne peut tenir et lancer qu'un objet à la fois. Le deuxième élève (le ramasseur) ramasse et retourne les objets jusqu'au sceau ou au cerceau et tient compte du nombre de lancers réussis.
- Créez des conditions qui influenceront le moment choisi par l'élève pour lancer (p. ex., ouvrir les portes arrières pour créer un courant d'air, partir la musique à intervalles irréguliers, installer des cibles à l'extérieur un jour venteux, encourager les partenaires à applaudir et à crier quand un lancer est bon).
- Après chaque minute,

l'enseignante ou l'enseignant signale aux élèves qu'il est temps d'intervertir les rôles et de se déplacer vers la prochaine cible à la droite. Les élèves doivent retourner tous les objets dans le sceau ou le cerceau avant la rotation vers la prochaine cible.

- Chaque élève tente d'accumuler plus de points que son coéquipier. Le lanceur marque 1 point chaque fois qu'il atteint la cible.

RÉFLÉCHIR



QUESTIONS TACTIQUES POUR LES ÉLÈVES :

- À quoi pensiez-vous au moment de lancer?
- En quoi diverses conditions (p. ex., vent, bruit fort) ont-elles influencé votre lancer?
- Que pouvez-vous faire pour vous concentrer comme il faut pour arriver à lancer avec précision?

REMARQUE : Les réponses des élèves vous aideront à déterminer les prochaines étapes de leur apprentissage. Le processus devrait leur permettre d'acquérir les habiletés requises pour appliquer les solutions tactiques, y compris des exercices pour peaufiner leurs habiletés motrices dans le cadre d'un jeu, d'une version modifiée du jeu axée sur des aspects précis ou d'une reprise du jeu.

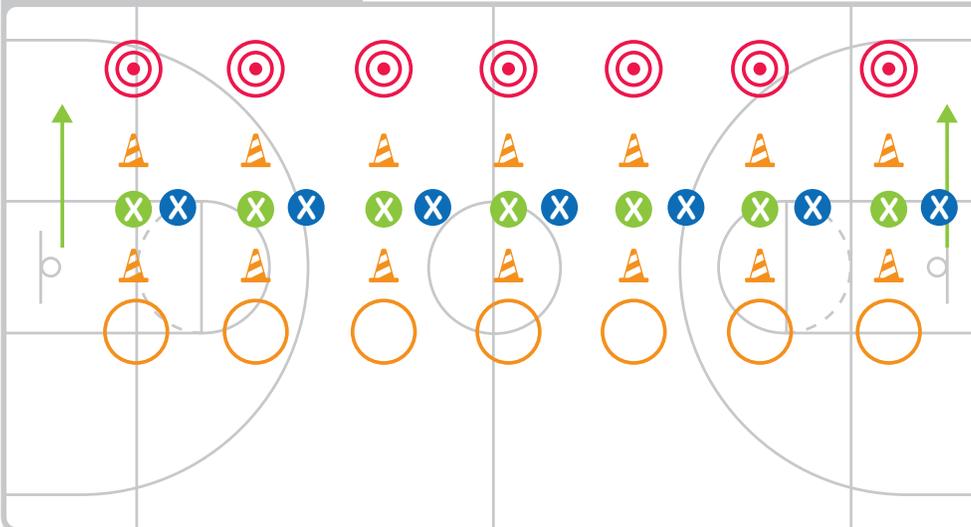
SUITE À LA PAGE SUIVANTE





SUITE DE LA PAGE PRÉCÉDENTE

ORGANISATION DU JEU :



MODIFICATIONS :

- Réduisez la grosseur de la cible.
- Désignez une cible plus petite à l'intérieur de l'autre cible (un peu comme les anneaux au tir à l'arc) et accordez plus de points quand l'élève l'atteint.
- Agrandissez ou réduisez les dimensions de la zone de lancement.
- Donnez plus de temps ou moins de temps aux élèves pour lancer leurs objets.

- Déterminez ou installez une cible à la hauteur des yeux (à l'horizontale) des élèves.
- Placez toutes les cibles une derrière l'autre pour former une longue ligne.
- Placez les deux pylônes devant chaque cible et à intervalles (p. ex., un pylône à 2 m de la cible et l'autre à 5 m de la cible) pour délimiter une aire de lancer.
- Placez le cerceau ou le sceau derrière la zone de lancement et placez-y les objets légers.

CIBLES
 LANCEURS
 RAMASSEURS
 CERCEAUX

BOUGER



3 : Dans le mil

ENJEU TACTIQUE :

bonne visée et précision à distance

OBJECTIF :

Les élèves apprennent à se servir d'un système pour évaluer la distance jusqu'à une cible quand cette distance est inconnue.

LIEN AVEC LE SPORT :

Le tir à l'arc en campagne, le tir à l'arc en 3D et la chasse à l'arc posent un défi particulier en obligeant l'archer à évaluer

la distance qui le sépare de la cible. Le fait sur surestimer ou de sous-estimer cette distance influence grandement la précision du tir. Pour être un bon archer, il faut être capable d'estimer comme il faut la distance entre l'arc et la cible et de rajuster son tir en conséquence.

MODE DE PARTICIPATION :

équipes de deux

ÉQUIPEMENT POUR CHAQUE ÉQUIPE DE DEUX :

- cible (p. ex., morceau de papier placé au mur, cerceau fixé à une chaise ou objets courants comme une poubelle, un banc ou des poteaux de clôture si on joue à l'extérieur)
- pylône
- 6 objets qui ne roulent pas (p. ex., sacs de fèves, balles de relaxation, balle en laine)
- 2 feuilles de marques et des crayons

DESCRIPTION :

- Formez des équipes de deux et affectez une cible à chaque équipe de deux. Chaque élève choisit trois objets à lancer.
- Chaque élève inscrit sur sa fiche la distance estimative entre lui et la cible (en mètres) puis, à tour de rôle, les deux lancent par-dessus leurs objets vers la cible.
- Chaque lanceur ne peut tenir et lancer qu'un objet à la fois.
- Après avoir lancé leurs trois objets, les deux élèves inscrivent leurs points sur la feuille de marques, récupèrent les objets lancés et se déplacent vers une autre cible.
- La partie se poursuit jusqu'à ce que toutes les équipes de deux aient fini de lancer leurs objets vers les huit cibles.
- Chaque élève tente de marquer plus de points que son coéquipier. Le lanceur obtient 1 point chaque fois qu'il atteint la cible.
- Informez les élèves des distances réelles de chaque cible, puis lancez une deuxième ronde. Les élèves doivent retourner à chacune des huit cibles et essayer d'améliorer leur pointage.

EXEMPLE DE FEUILLE DE MARQUES :

NOM :				
No de cible	Distance estimative	Distance réelle	Points - Ronde 1	Points - Ronde 2
1.				
2.				
3...				

RÉFLÉCHIR



QUESTIONS TACTIQUES POUR LES ÉLÈVES :

- En quoi votre façon de lancer a-t-elle changé selon que vous visiez des cibles proches ou des cibles éloignées?
- À quoi d'autre devriez-vous réfléchir au moment d'ajuster votre lancer?
- En quoi le fait de connaître la distance entre vous et la cible peut-elle améliorer la précision de votre lancer?
- Comment pouvez-vous déterminer la distance qui vous sépare de la cible?

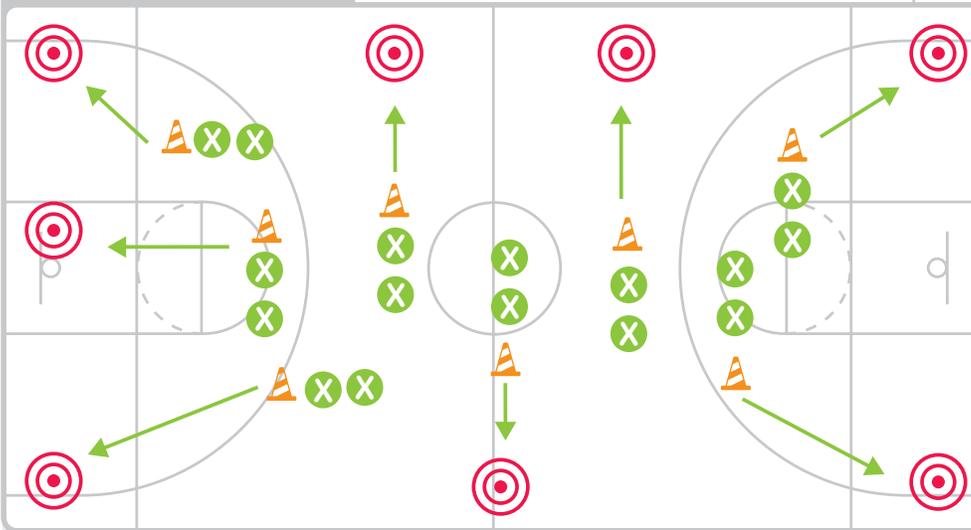
REMARQUE : Les réponses des élèves vous aideront à déterminer les prochaines étapes de leur apprentissage. Le processus devrait leur permettre d'acquérir les habiletés requises pour appliquer les solutions tactiques, y compris des exercices pour peaufiner leurs habiletés motrices dans le cadre d'un jeu, d'une version modifiée du jeu axée sur des aspects précis ou d'une reprise du jeu.

SUITE À LA PAGE SUIVANTE



SUITE DE LA PAGE PRÉCÉDENTE

ORGANISATION DU JEU :



- Désignez ou installez une cible pour chaque équipe de deux à travers le périmètre de l'aire de jeu à la hauteur des yeux (à l'horizontale) des élèves. Numérotez chaque cible.
- Placez un pylône pour démarquer la zone de lancer de chaque cible. Variez les distances d'une cible à l'autre.

CIBLES LANCEURS

MODIFICATIONS :

- Augmentez ou réduisez la grosseur de la cible.
- Désignez une cible plus petite à l'intérieur de l'autre cible (un peu comme les anneaux au tir à l'arc).
- Placez des points repères (p. ex., pylônes, chaises, rondelles en plastique) entre la zone de lancement et la cible pour aider les participants à estimer la distance qui les sépare de la cible.
- Demandez aux élèves de lancer un nouvel objet (p. ex., des frites de piscine coupées en deux).
- Imposez une limite de temps à chaque cible.
- Demandez aux élèves de lancer les objets à la même vitesse à partir de distances variables, mais en modifiant la courbe du lancer.

**ENJEU TACTIQUE :**

bonne visée et précision pour la distance et la direction

OBJECTIF :

Les élèves apprennent à ajuster la trajectoire pour atteindre avec précision des cibles hautes et basses.

LIEN AVEC LE SPORT :

Le tir à l'arc en campagne, le tir à l'arc en 3D et la chasse à l'arc posent un défi particulier en obligeant l'archer à viser des cibles placées différemment, y compris des cibles hautes et des cibles basses. Pour être un bon archer, il faut être capable d'estimer comme il faut la distance entre l'arc et la cible, adapter la position du corps tout en gardant la forme.

MODE DE PARTICIPATION :

équipes de deux

ÉQUIPEMENT POUR CHAQUE ÉQUIPE DE DEUX :

- cibles (voir l'organisation à la page suivante)
- pylônes
- cerceau ou sceau pour chaque zone de lancer
- 6 objets qui ne roulent pas par cible (p. ex., sacs de fèves, balles de relaxation, balle en laine, frite de piscine coupée en deux)

DESCRIPTION :

- Constituez des équipes de deux et désignez une cible pour chaque équipe.
- À tour de rôle, les élèves lancent par-dessus des objets vers la cible. Ils ont trois minutes pour lancer le plus souvent possible vers chaque cible.
- Le lanceur ne peut tenir et lancer qu'un objet à la fois.
- Une fois que les élèves ont lancé tous les objets dans le cerceau, ils doivent aller les récupérer, puis revenir à la zone de lancer et continuer de lancer.
- Chaque élève tente d'accumuler plus de points que son coéquipier. Le lanceur marque 1 point chaque fois qu'il atteint la cible.
- Après 3 minutes, l'enseignante ou l'enseignant signale aux élèves qu'il est temps de se déplacer vers la prochaine cible à la droite. Les élèves doivent retourner tous les objets dans le cerceau avant de rendre à la prochaine cible.

**QUESTIONS TACTIQUES POUR LES ÉLÈVES :**

- En quoi votre lancer changeait-il quand vous visez une cible haute et quand vous visiez une cible basse?
- En quoi le fait de prendre votre temps modifiait-il la précision de votre tir?
- Quel type d'angle (trajectoire) vous permet d'atteindre plus facilement une cible située plus haut que vous ou une cible située plus bas que vous?
- En quoi le degré de trajectoire nécessaire pour atteindre une cible haute diffère-t-il du degré de force requis pour atteindre une cible basse ou horizontale?
- Comment pouvez-vous estimer la distance entre vous et une cible située plus haut que vous et une cible située plus bas que vous?

REMARQUE : Les réponses des élèves vous aideront à déterminer les prochaines étapes de leur apprentissage. Le processus devrait leur permettre d'acquérir les habiletés requises pour appliquer les solutions tactiques, y compris des exercices pour peaufiner leurs habiletés motrices dans le cadre d'un jeu, d'une version modifiée du jeu axée sur des aspects précis ou d'une reprise du jeu.

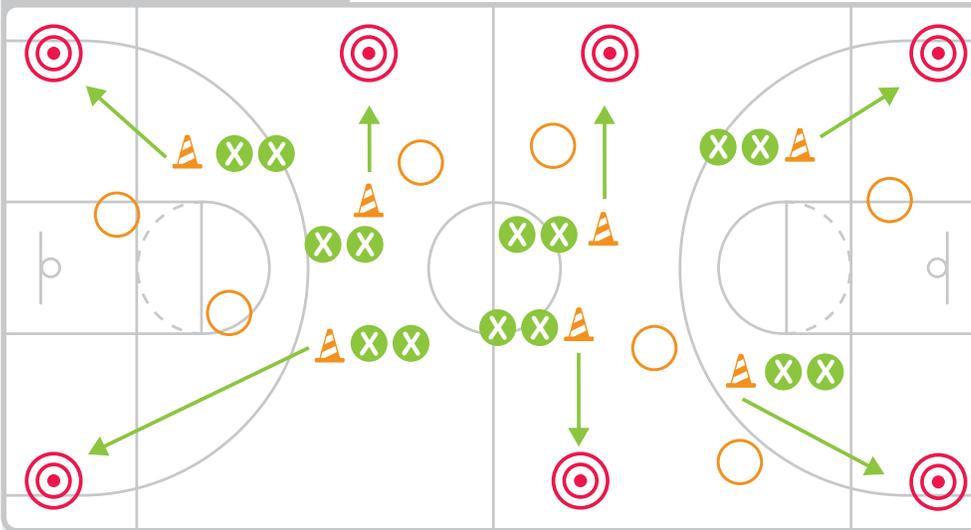
SUITE À LA PAGE SUIVANTE





SUITE DE LA PAGE PRÉCÉDENTE

ORGANISATION DU JEU :



MODIFICATIONS :

- Désignez une cible plus petite à l'intérieur de l'autre cible (valant plus de points).
- Placez des points repères (p. ex., pylônes, chaises, rondelles en plastique) entre la zone de lancement et la cible pour aider les participants à estimer la distance qui les sépare de la cible.
- Augmentez ou réduisez la grosseur de la cible.

- Désignez ou installez une cible pour chaque équipe de deux autour du périmètre de l'aire de jeu à l'intérieur ou à l'extérieur.
- Les cibles devraient être plus hautes (p. ex., image placée sur un mur, panneau de fond d'un panier de basketball, un cadre de porte, sommet d'un poteau dans la cour d'école) ou plus basses que l'endroit où se tiennent les élèves pour lancer. Si possible, demandez aux élèves de s'installer en toute sécurité sur des structures existantes pour viser vers le bas (p. ex., gradins, estrade, banc, structure de terrain de jeu).
- Utilisez des pylônes pour délimiter la zone de lancer de chaque cible en les plaçant à des niveaux et à des distances variables de la cible.
- Placez un cerceau ou un sceau près de chaque zone de lancer où mettre les 6 objets à lancer. Les élèves peuvent utiliser divers objets, du moment qu'ils ne roulent pas.

CIBLES
 CERCEAUX
 LANCEURS

**ENJEU TACTIQUE :**

bonne visée et précision pour la distance

OBJECTIF :

Les élèves apprennent quels objets fonctionnent le mieux pour atteindre des cibles situées à différentes distances.

LIEN AVEC LE SPORT :

Les archers prennent des décisions au sujet de l'équipement à utiliser, tenant compte de leur grosseur et de leur force personnelles, du type de tir à l'arc qu'ils pratiquent et des conditions ambiantes au moment du

tir. Il importe que les archers utilisent l'équipement qui lui convient pour garder la forme et tirer avec précision. Les archers n'ont pas le droit de modifier leur équipement pendant qu'ils participent à une joute.

MODE DE PARTICIPATION :

groupe de 3 ou 4 élèves

ÉQUIPEMENT POUR CHAQUE CIRCUIT (2 GROUPES DE 3 OU 4 ÉLÈVES PAR CIRCUIT) :

- 3 cibles (p. ex., morceau de papier placé au mur, cerceau fixé à une chaise ou objets courants comme une poubelle, un banc ou des poteaux de clôture si on joue à l'extérieur)
- 6 pylônes ou drapeaux

ÉQUIPEMENT POUR CHAQUE ÉLÈVE :

- 3 objets au choix de l'élève pour lancer (p. ex., frite de piscine coupée en deux, sac de fèves, balle en mousse)

DESCRIPTION :

- Indiquez aux élèves la longueur de la plus grande distance et de la plus petite distance entre la zone de lancer et la cible sans identifier la cible correspondante (p. ex., la distance la plus longue mesure 15 m et la distance la plus courte mesure 3 m).
- Chaque élève doit lancer trois fois le même objet à travers le circuit.
- Divisez les élèves en groupes de 3 ou 4 et assignez deux groupes à diverses cibles du même circuit de tir à l'arc en campagne de trois cibles.
- À tour de rôle, les élèves lancent par-dessus un objet vers chaque cible et essaient de marquer le plus de points possibles. Le lanceur mérite 1 point chaque fois que son objet atteint la cible.
- Les élèves ne peuvent lancer qu'un objet à la fois.
- Une fois que tous les membres du groupe ont fini de lancer leurs trois objets, les participants récupèrent leurs objets et se rendent à la prochaine cible en suivant l'ordre numérique des cibles.
- Demandez aux élèves de refaire le circuit de trois cibles pour une deuxième ronde. Donnez-leur la chance de choisir un ou plusieurs nouveaux objets à lancer.

**QUESTIONS TACTIQUES POUR LES ÉLÈVES :**

- À quoi pensiez-vous au moment de choisir quoi lancer vers les cibles?
- En quoi votre choix d'objet a-t-il influencé vos lancers?
- Pourquoi le choix de l'objet devrait-il être personnel?
- Qu'est-ce qui fait que certains objets conviennent mieux aux lancers longs et que d'autres conviennent mieux aux lancers courts?
- Quels objets vous permettent de lancer avec plus de précision?

REMARQUE : Les réponses des élèves vous aideront à déterminer les prochaines étapes de leur apprentissage. Le processus devrait leur permettre d'acquérir les habiletés requises pour appliquer les solutions tactiques, y compris des exercices pour peaufiner leurs habiletés motrices dans le cadre d'un jeu, d'une version modifiée du jeu axée sur des aspects précis ou d'une reprise du jeu.

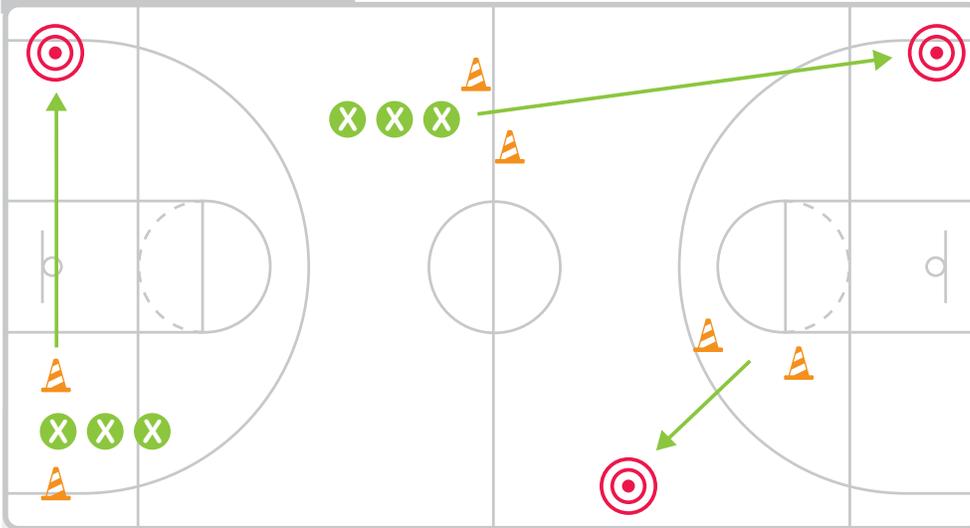
SUITE À LA PAGE SUIVANTE





SUITE DE LA PAGE PRÉCÉDENTE

ORGANISATION DU JEU :



MODIFICATIONS :

- ▶ Créez une zone de cible plus petite (valant plus de points) à l'intérieur de chaque cible.
- ▶ Augmentez ou diminuez la grosseur des cibles.
- ▶ Indiquez la distance entre la zone de lancer et chaque cible.
- ▶ Remettez aux élèves des feuilles de marques où noter leurs points.
- ▶ Donnez l'occasion aux élèves de concevoir et d'installer eux-mêmes un circuit de tir à l'arc en campagne de 3 cibles.

- Créez un circuit de tir à l'arc en campagne avec 3 cibles pour chaque groupe de 6 à 8 élèves (deux groupes par circuit). Dans la mesure du possible, utilisez des circuits extérieurs avec cibles existants (p. ex., circuit de golf avec disque).
- Installez les cibles à des distances variées et numérotez chacune.
- Déterminez une zone de lancer (d'une longueur de 2 m environ) pour chaque cible à l'aide de pylônes ou de drapeaux. Assurez-vous que la zone de lancer de chaque cible est loin de la cible précédente pour éviter qu'un objet heurte accidentellement un élève.

CIBLES ÉLÈVES

BOUGER



6 : Dans la zone

ENJEU TACTIQUE :

bonne visée et précision

OBJECTIF :

Les élèves apprennent comment faire pour viser juste et avec précision malgré la pression.

LIEN AVEC LE SPORT :

Les archers qui s'adonnent à plusieurs disciplines, comme tir à l'arc en ski, l'arcathlon (course et tir à l'arc) le tir à l'arc en 3D et la chasse à l'arc subissent énormément

de pression parce qu'il faut chaque tir compte à défaut de quoi on leur impose une pénalité (p. ex., obligation de faire un tour de piste en pénalité, blesser la proie au lieu de la tuer). Un bon archer doit être capable de prévoir chaque situation et de se concentrer pleinement sur chaque tir.

MODE DE PARTICIPATION :

équipes de deux

ÉQUIPEMENT POUR CHAQUE ÉQUIPE DE DEUX :

- 3 pylônes
- 3 balles en mousses
- 3 objets au choix de l'élève qui ne roulent pas (p. ex., sacs de fèves, balles de relaxation, balle en laine)
- 1 cerceau ou sceau
- pylônes ou cordes

DESCRIPTION :

1. Organisez les élèves en équipes de deux et assignez chaque équipe à une ligne de lancer.
2. Chaque équipe de deux choisit trois objets qui ne roulent pas pour lancer vers les cibles et place ces objets dans le cerceau ou le sceau qui se trouve sur leur ligne de lancer.
3. Un élève lance trois objets par-dessus vers les cibles en tentant de faire tomber une balle en mousse installée sur un pylône avec chaque lancer. Le lanceur ne peut tenir et lancer qu'un objet à la fois.
4. À chaque fin de barrage, la première balle que le lanceur a réussi à faire tomber d'un pylône vaut 1 point, la deuxième vaut 2 points et la troisième vaut 3 points pour un maximum de 6 points. Les lancers ratés ne valent rien.
5. Pendant qu'un élève lance, l'autre élève bouge de façon modérée à vigoureuse autour d'une piste préétablie.
6. Après avoir lancé, le premier élève remplace les balles en mousse sur les pylônes, remet les objets dans le cerceau ou le sceau, puis se déplace vers la piste pour indiquer par un signal (p. ex., pousse en l'air) au second élève qu'ils doivent changer de rôle.
7. Une fois que les deux élèves ont exécuté deux volées (4 minutes environ), ils se déplacent vers la prochaine station.
8. Chacun des deux élèves tente d'obtenir le plus grand nombre possible de points.
9. La partie continue pendant trois volées.

RÉFLÉCHIR



QUESTIONS TACTIQUES POUR LES ÉLÈVES :

- À quoi pensiez-vous avant de procéder au premier lancer?
- En quoi le résultat du premier lancer influence-t-il votre façon de préparer le deuxième lancer, le troisième lancer?
- Que pourriez-vous faire avant chaque lancer pour avoir plus de chances de heurter la cible?

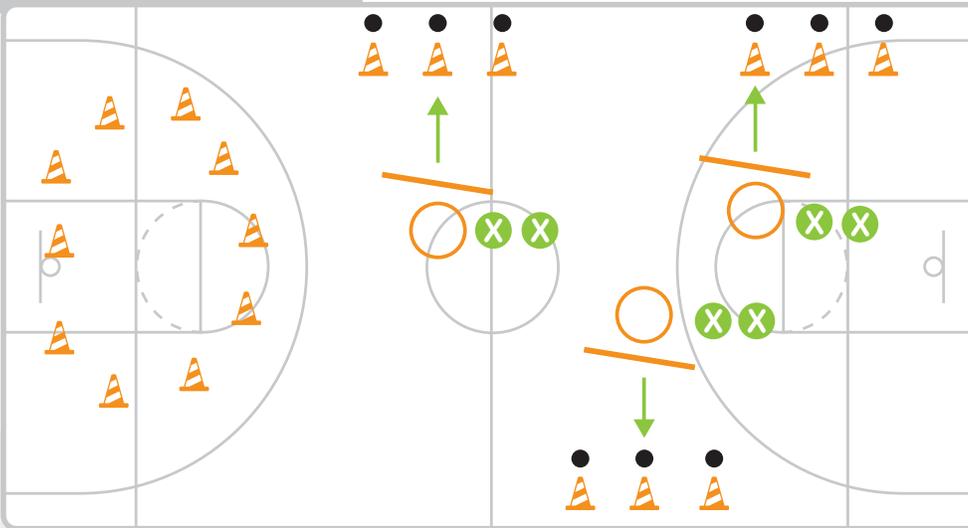
REMARQUE : Les réponses des élèves vous aideront à déterminer les prochaines étapes de leur apprentissage. Le processus devrait leur permettre d'acquérir les habiletés requises pour appliquer les solutions tactiques, y compris des exercices pour peaufiner leurs habiletés motrices dans le cadre d'un jeu, d'une version modifiée du jeu axée sur des aspects précis ou d'une reprise du jeu.

SUITE À LA PAGE SUIVANTE



SUITE DE LA PAGE PRÉCÉDENTE

ORGANISATION DU JEU :



MODIFICATIONS :

- Recommencez la partie en demandant aux élèves de choisir un ou plusieurs objets différents à lancer
- Permettez aux élèves de choisir la grosseur de la balle à placer sur le pylône (p. ex., ballon de plage, balle de tennis, balle de golf).
- Augmentez ou diminuez la distance de la ligne de lancer à la cible.
- Imposez une limite de temps pour chaque tir de barrage (p. ex., les élèves ont 20 secondes pour exécuter 3 tirs).

- Placez par terre, côte à côte, trois pylônes en maintenant 30 cm à 60 cm de distance entre chacun; placez une balle en mousse sur chaque pylône.
- Désignez une ligne de lancer à l'aide de pylônes ou de cordes et indiquez la distance jusqu'à la cible. Un côté de la ligne de lancer peut être plus proche de la cible que l'autre côté pour permettre aux élèves de choisir la distance à partir de laquelle ils désirent lancer.
- Placez un cerceau ou un sceau par terre derrière la ligne de lancer; c'est là que les élèves doivent placer leurs objets
- À l'aide de pylônes, créez un « parcours » que les élèves qui ne lancent pas peuvent emprunter sans déranger les lanceurs.

○ CERCEAUX X LANCEURS ● BALLONS

**ENJEU TACTIQUE :**

bonne visée et précision

OBJECTIF :

Les élèves apprennent à lancer en visant juste et avec précision pour atteindre des cibles situées à diverses distances et marquer des points.

LIEN AVEC LE SPORT :

Les circuits de tir à l'arc en campagne obligent l'archer à se déplacer à travers le circuit en s'arrêtant pour viser des cibles hautes et des cibles basses. Pour être un bon archer, il faut être capable d'ajuster sa position tout en gardant la forme afin d'atteindre des cibles situées à divers endroits.

MODE DE PARTICIPATION :

deux équipes de deux dans un groupe de 4

ÉQUIPEMENT :

- cibles (p. ex., morceau de papier placé au mur, cerceau fixé à une chaise ou objets courants comme une poubelle, un banc ou des poteaux de clôture si on joue à l'extérieur)
- pylônes ou drapeaux
- 1 feuille de marques et un crayon par chaque équipe de deux
- 3 objets au choix de l'élève qui peuvent être lancés (p. ex., frite de piscine coupée en deux, balle en mousse, sac de fèves)

DESCRIPTION :

- Divisez les élèves en groupes de quatre et formez deux équipes de deux au sein de chaque groupe. Remettez une feuille de marques à chaque équipe de deux. Vous pouvez télécharger des feuilles de marques [ici](#).
- Faites part aux élèves de la distance la plus longue et de la distance la plus courte jusqu'aux cibles sans leur révéler la distance exacte entre la zone de lancer et chaque cible. Chaque élève choisit les trois objets qu'il veut lancer.
- Demandez à chaque groupe de commencer à l'une des cibles numérotées. Les groupes évoluent en rotation à travers les cibles en respectant l'ordre numéral.
- À tour de rôle, les élèves lancent leurs trois objets vers les cibles.
- Les élèves travaillent deux par deux pour s'entraider et pour essayer de marquer le plus de points possibles. L'équipe de deux élèves mérite 1 point chaque fois qu'un objet atteint la cible.
- Les élèves ne peuvent lancer qu'un objet à la fois.
- Une fois que tous les membres du groupe ont fini de lancer leurs objets, les participants récupèrent leurs objets et se rendent à la prochaine cible.

**QUESTIONS TACTIQUES POUR LES ÉLÈVES :**

- Qu'avez-vous fait pour atteindre les cibles?
- En quoi le fait de connaître la distance entre vous et la cible influence-t-il votre façon de lancer?
- Que pouvez-vous faire pour vous préparer à lancer un objet quand la cible se trouve à un nouvel endroit chaque fois?

TRANSFÉRABILITÉ :

Vous pouvez jouer de nouveau à ce jeu en mettant l'accent sur ce qui suit :

- Golf avec disque – lancer un disque vers une cible;
- Golf – frapper une balle avec un bâton en direction d'une cible.

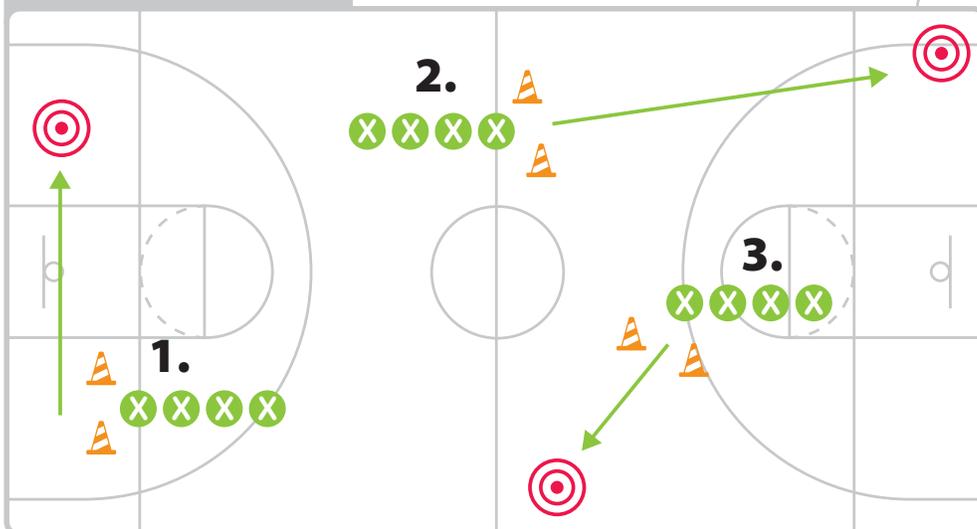
SUITE À LA PAGE SUIVANTE





SUITE DE LA PAGE PRÉCÉDENTE

ORGANISATION DU JEU :



MODIFICATIONS :

- Créez une zone de cible plus petite (valant plus de points) à l'intérieur de chaque cible (comme les anneaux d'une cible de tir à l'arc).
- Faites part au lanceur de la distance qui le sépare de chaque cible.
- Donnez l'occasion aux élèves de concevoir et d'installer eux-mêmes un circuit de tir à l'arc.

- Créez un circuit extérieur de tir à l'arc en campagne avec une cible pour chaque groupe de 4 élèves et prévoyez deux cibles additionnelles. Dans la mesure du possible, utilisez des circuits extérieurs avec cibles existants (p. ex., circuit de golf avec disque).
- Désignez une zone de lancer (d'une longueur de 2 m) pour chaque cible à l'aide de Pylônes ou de drapeaux. Assurez-vous que la zone de lancer de chaque cible est loin de la cible précédente pour éviter qu'un objet heurte accidentellement un élève.
- Placez les cibles pour qu'elles soient hautes, basses et à l'horizontale par rapport à la zone de lancer.
- Assignez un numéro à chaque cible.

 CIBLES  ÉLÈVES



ENJEU TACTIQUE :

bonne visée et précision

OBJECTIF :

Les élèves apprennent à choisir et viser des cibles à partir d'une distance inconnue pour marquer des points.

MODE DE PARTICIPATION :

groupes de 6 (ou de 12 selon la grosseur de la classe)

SPORT RATIONALE :

Le tir à l'arc en 3D s'inspire de la chasse à l'arc. Il s'agit d'une activité où l'archer vise des cibles en 3D, généralement des représentations grandeur nature d'espèces animales chassées. Pour être un bon archer, il faut pouvoir estimer la distance qui sépare l'archer de sa cible, déterminer quelle partie de la cible il faut atteindre et tirer en visant juste et avec précision.

ÉQUIPEMENT REQUIS POUR CHAQUE CIRCUIT :

- 9 cibles (voir le mode d'organisation à la page suivante)
- 12 objets qui ne roulent pas (p. ex., sacs de fèves, balles de relaxation, balle en laine)
- 3 cerceaux ou sceaux
- 3 bancs ou cordes

ÉQUIPEMENT REQUIS POUR CHAQUE ÉQUIPE DE DEUX :

- 1 feuille de marques et un crayon

DESCRIPTION :

- Organisez des groupes de six élèves et affectez chaque groupe à un circuit. Divisez chaque groupe en trois équipes de deux.
- Dans chaque équipe de deux, un élève est le lanceur et l'autre est le chronométrateur-enregistreur.
- Assignez à chaque groupe de deux une voie de départ.
- Le lanceur commence en allant se placer derrière la ligne de lancer. Les lanceurs ont au plus **30 secondes** dans chaque voie de lancement pour
 - o choisir un objet dans le cerceau ou le sceau
 - o choisir une cible
 - o estimer la distance entre lui et la cible
 - o lancer par-dessus avant de se déplacer vers la prochaine voie
- Le deuxième élève vérifie le temps, averti le lanceur s'il prend trop de temps et surveille chaque lancer pour enregistrer le bon nombre de points sur la feuille de marques.
- Une fois que les lanceurs du gros groupe ont fini de lancer leur objet dans chaque voie, ils peuvent récupérer cet objet et se déplacer vers la voie suivante (avec leur partenaire).
- Un lancer qui atteint toute cible vaut 5 points; un lancer qui atteint la petite cible (ou qui passe dans le trou s'il y en a un) vaut 10 points. Un lancer raté ne vaut aucun point. Les équipes de deux doivent s'entendre sur le nombre de points à enregistrer.
- Une fois que le premier lanceur de l'équipe de deux a lancé dans les trois voies, les rôles sont intervertis.
- Les équipes de deux collaborent pour accumuler ensemble le plus grand nombre de points.
- Les élèves jouent pendant trois rondes.



QUESTIONS TACTIQUES POUR LES ÉLÈVES :

- À quoi pensiez-vous au moment de choisir la cible à viser?
- Comment avez-vous ajusté votre tir pour atteindre des cibles dans différentes zones?
- En quoi la distance entre vous et la cible influence-t-elle le choix de l'endroit où lancer?
- En quoi le fait de marquer des points pour votre groupe influence-t-il le choix de la cible à viser?

TRANSFÉRABILITÉ :

Vous pouvez jouer de nouveau à ce jeu en mettant l'accent sur ce qui suit :

- quilles – faire rouler une balle jusqu'à la cible;
- golf – frapper une balle avec un bâton vers une cible.

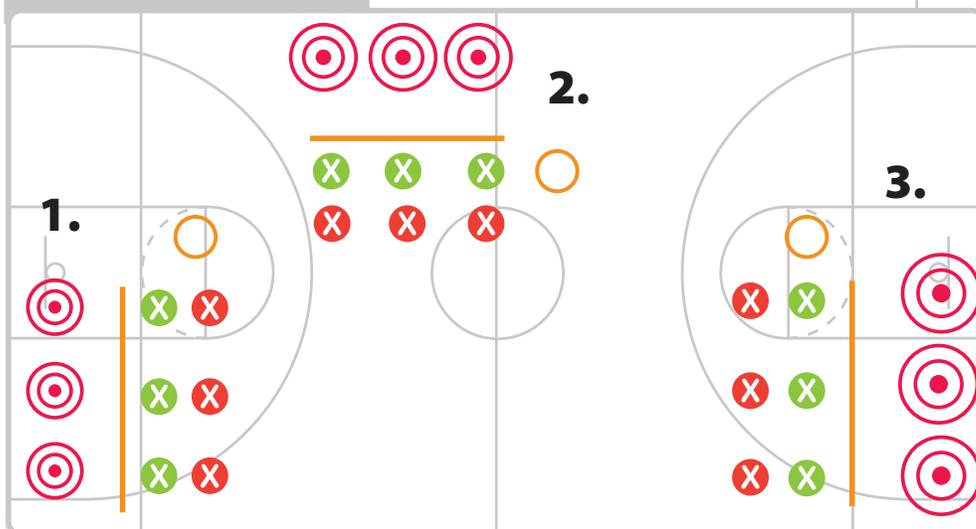
SUITE À LA PAGE SUIVANTE





SUITE DE LA PAGE PRÉCÉDENTE

ORGANISATION DU JEU :



MODIFICATIONS :

- Placez des cibles de différentes grosseurs dans chaque zone et ajustez le pointage afin que les petites cibles de la zone 3 valent plus de points que les grosses cibles de la zone 1.
- Élevez certaines cibles, puis placez une boîte à la ligne de lancer et demandez aux élèves de monter sur la boîte pour lancer vers le haut ou vers le bas.
- Utilisez des balles de différentes grosseurs (p. ex., ballon de plage, ballon d'exercice, ballon Omnikin) comme cibles mettez les élèves au défi de toucher des cibles qui bougent.
- Placez des points repères (p. ex., pylônes, rondelles en plastique) entre les cibles pour aider les participants à estimer la distance.

- Créez un circuit de 9 cibles pour chaque groupe de 6 élèves.
- Chaque circuit comprend trois voies pour lancer et trois zones. Chaque zone est située 2 m à 5 m plus loin que la ligne de lancer. Indiquez l'emplacement de la ligne de lancer de chaque voie de lancement à l'aide d'un banc ou d'une corde. Placez un cerceau ou un sceau près de chaque ligne de lancement et mettez 4 objets à l'intérieur de chacun.
- Installez 3 petites cibles (p. ex., pylônes) dans la première zone, 3 cibles de grosseur moyenne (p. ex., chaises) dans la deuxième zone et 3 grandes cibles (p. ex., chariot pour l'équipement, tapis accordéon déplié placé sur le côté) dans la troisième zone.
- Sur chaque cible, dessinez une plus petite cible de la grosseur d'une balle de tennis. Vous pouvez également utiliser comme cible des images d'animaux, comme celles accessibles [ici](#). Vous pouvez découper un trou dans la plus petite zone cible papier ou animale et demander aux élèves de viser ce trou.

CIBLES
 LANCEURS
 ENREGISTREURS
 CERCEAUX
 LIGNES DE LANCER