

Journées cantonales de formation en éducation physique et sportive

« *Comment s'adapter aux réalités du terrain* »

**5 et 6 septembre 2017**

---

## **Atelier 7**

### **Unihockey à l'école**

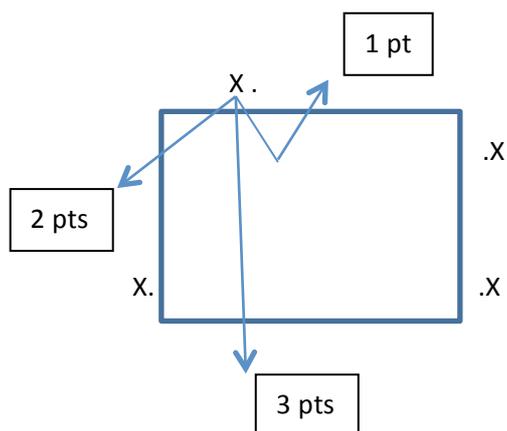
Formateurs : Ludovic Jeanneret et Alain Melly

#### **Bref descriptif**

Cet atelier vous donnera différentes clés afin d'adapter votre enseignement aux capacités/compétences de vos élèves. L'unihockey est un sport exigeant. Il est le seul sport de balle pratiqué régulièrement à l'école qui utilise un médiateur, la canne, entre le corps et la balle. Nous vous proposerons plusieurs formes d'évaluations afin de déterminer différents niveaux de compétences, qui déboucheront sur la mise en place de "petits jeux" (Small games) sur des terrains réduits. L'objectif général de cet atelier étant l'intégration et l'implication de tous nos élèves.

## Partie I : Evaluation diagnostique (cf. grille annexe)

### Niveau 0 : sans adversaire

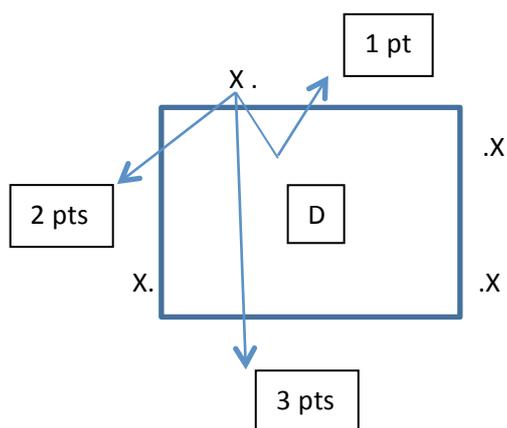


Les élève conduisent la balle autour du rectangle ; au coup de sifflet :

Marquer le plus de points en 40 secondes.

Changer de côté du rectangle après chaque point marqué.

### Niveau 1 : un adversaire



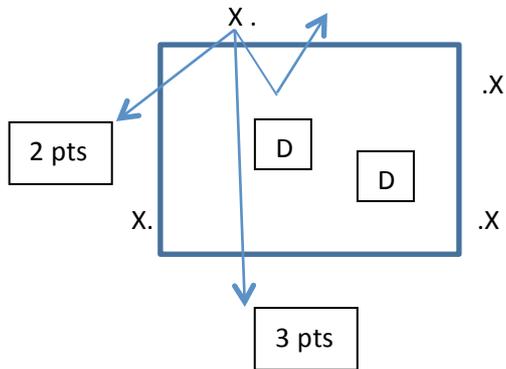
Le défenseur :

- Change à chaque fois qu'il touche la balle.
- Reste le temps d'une séquence de jeu.

Le défenseur joue :

- Sans canne. Toucher le dos de l'attaquant.
- Canne à l'envers. Toucher la balle suffit.
- Canne à l'endroit. Enlever la balle à l'Att. en la faisant sortir du rectangle.

## Niveau 2 : deux adversaires



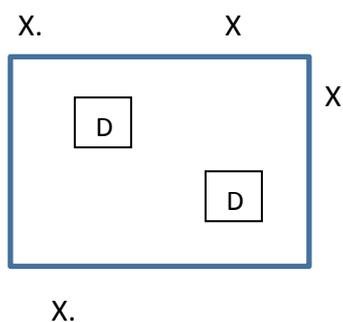
Les défenseurs :

- Changent à chaque fois qu'un des déf. touche la balle. Le plus « ancien » sort.
- Restent le temps d'une séquence de jeu (plus facile à organiser).

Les défenseurs jouent :

- 1) sans canne 2) sans canne
- 1) avec canne 2) avec canne
- 1) sans canne 2) avec canne
- 1) avec canne 2) sans canne

## Niveau 3 : par deux, avec deux adversaires



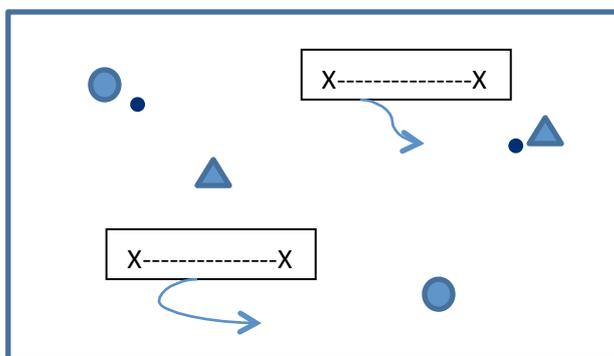
Règles du jeu :

- Marquer des points :
  - o Niveau moyen : une passe réussie à l'intérieur et sortir du rectangle = 1 pt.
  - o Niveau difficile : x passes réussies à l'intérieur du rectangle = x pts.
- Attention : le porteur de la balle rentre en 1<sup>er</sup> à l'intérieur du rectangle
- Les deux défenseurs restent le temps d'une séquence de jeu. Changer ensuite les pairs défensives.

## Partie I : Formes jouées correspondantes

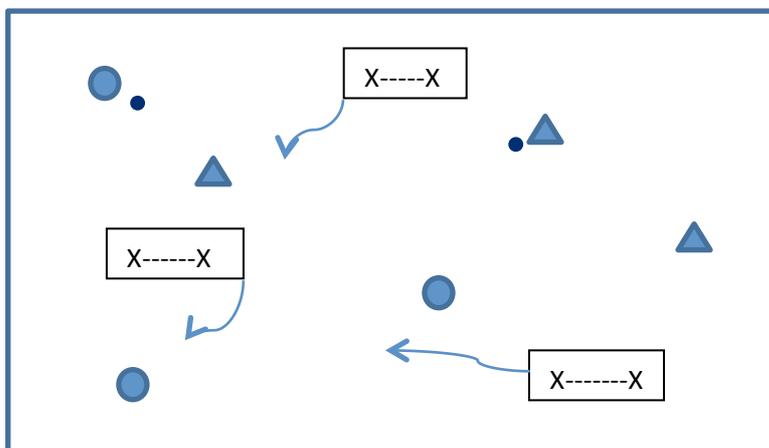
### Niveau 1

- ✓ 2vs2 ; deux buts mobiles ; 1 balle par équipe.
- ✓ Buts : double corde tenue par deux élèves.
- ✓ Objectif : passer en conduisant la balle sous la corde.



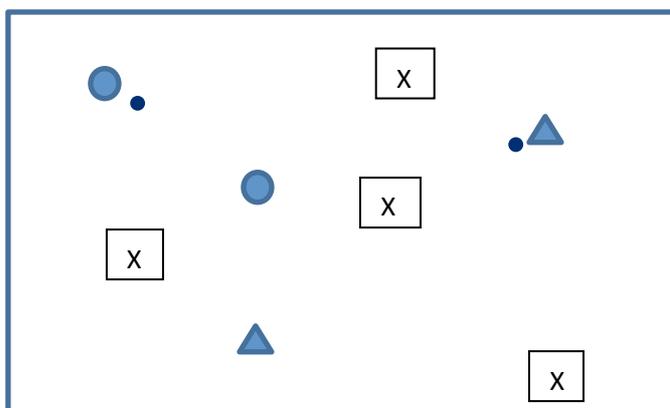
### Niveau 2

- ✓ 3vs3 ; trois buts mobiles ; 1 balle par équipe.
- ✓ Buts : corde simple tenue par deux élèves.
- ✓ Objectif : passer en conduisant la balle sous la corde.



### Niveau 3

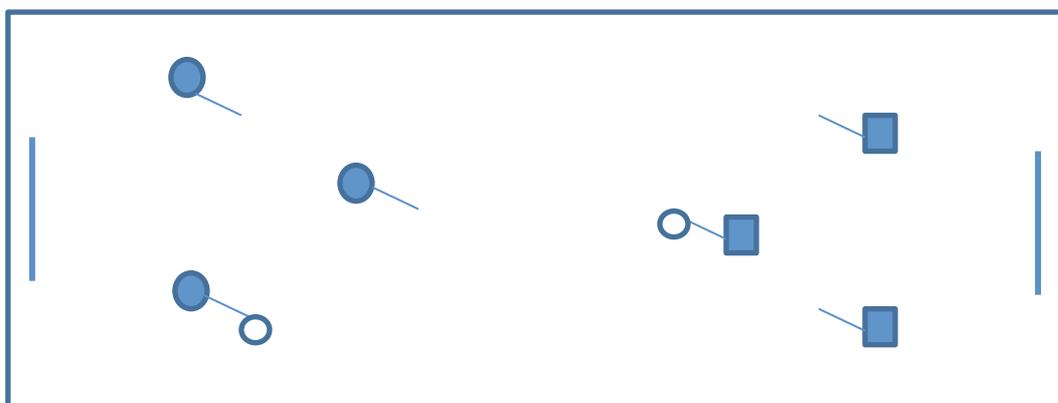
- ✓ 2vs2; 4 buts immobiles (2 à chaque équipe /changer de place sur le terrain après chaque but) ; 1 balle par équipe.
- ✓ Objectif : passer la balle sous les jambes écartées du « gardien » et la récupérer après
  - Variante : passe à un coéquipier (jouer à 3vs3)



## Partie I : jeux réglés en fonction des niveaux

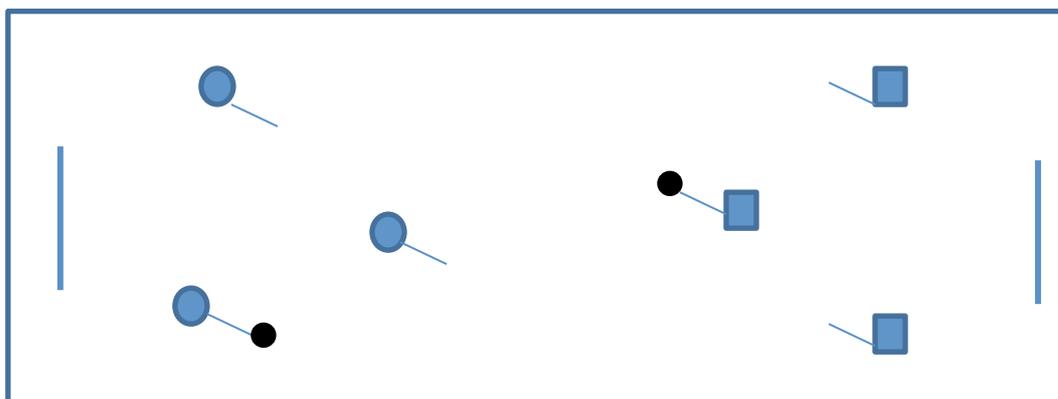
### Niveau 1

- ✓ « Bâton-rondelle » en continu
- ✓ 3vs3 aux bancs retournés
- ✓ 2 rondelles en jeu
- ✓ Pour récupérer la rondelle
  - 1) Toucher la rondelle
  - 2) Piquer le bâton à l'intérieur
  - 3) Piquer + duel « tirer »



### Niveau 2

- ✓ Unihockey en continu
- ✓ 3vs3 aux bancs retournés
- ✓ 2 balles en jeu
  - Variante 1 : l'équipe qui encaisse le but repars directement
  - Variante 2 : le jeu s'arrête au premier but et repart avec un Bully
  - Variante 3 : le jeu s'arrête au deuxième but. La première balle marquée étant une balle « morte ». Bully au centre.



### Niveau 3

- ✓ Unihockey en continu
- ✓ 3vs3 aux bancs retournés
- ✓ 1 balle en jeu : On marque dans les deux buts ! pas de camp. Positions libres lors des Bully (Basket).
- ✓ Variantes pour marquer :

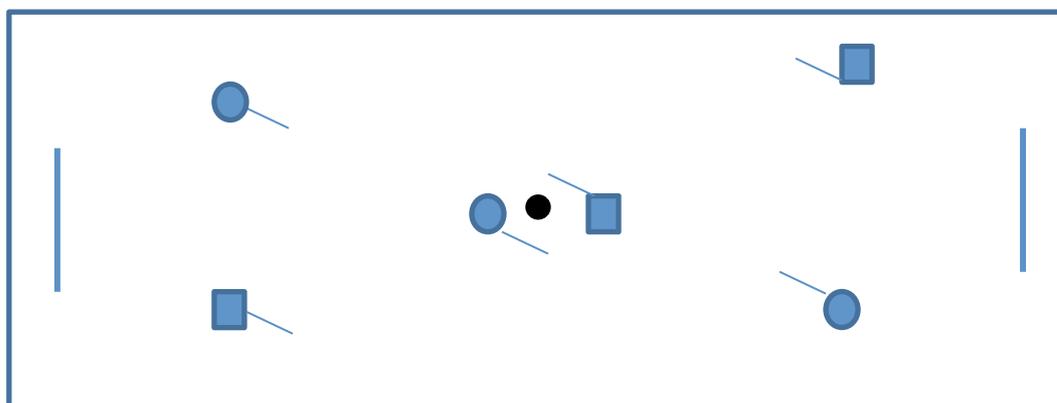
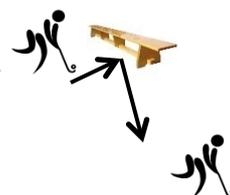
- Tirer par-dessus le banc



- Auto-passe contre le banc

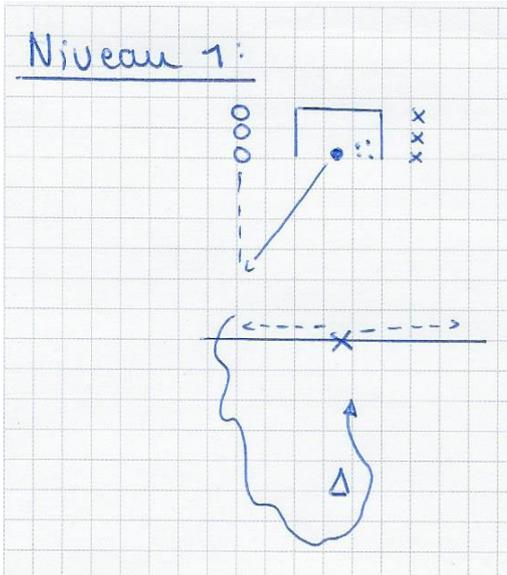


- Passe rebond à un coéquipier



## Evaluer le comportement des joueurs

### 1 VS 1 (cf. fiche annexe)



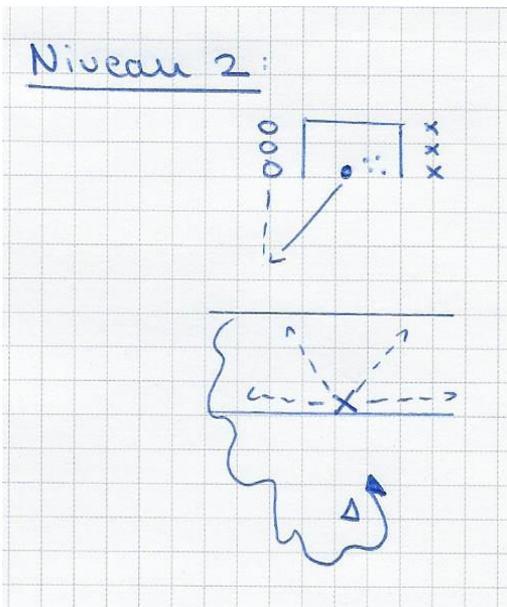
-----  
**Avec observation vidéo**

-----  
**iPad et beamer Appl**

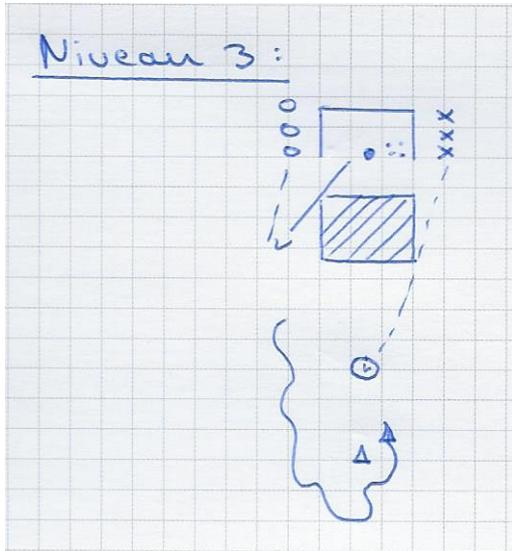
-----  
**“O’SEE Video Delay LITE”**

-----  
*Pas d’enregistrement possible avec la  
version LITE (gratuite)*

-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----



-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----



-----

-----

-----

-----

-----

-----

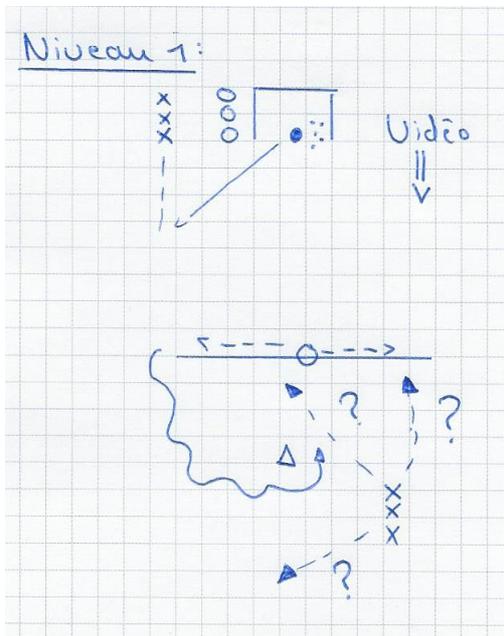
-----

-----

-----

-----

**2 VS 1 (cf. fiche annexe)**



-----

-----

-----

-----

-----

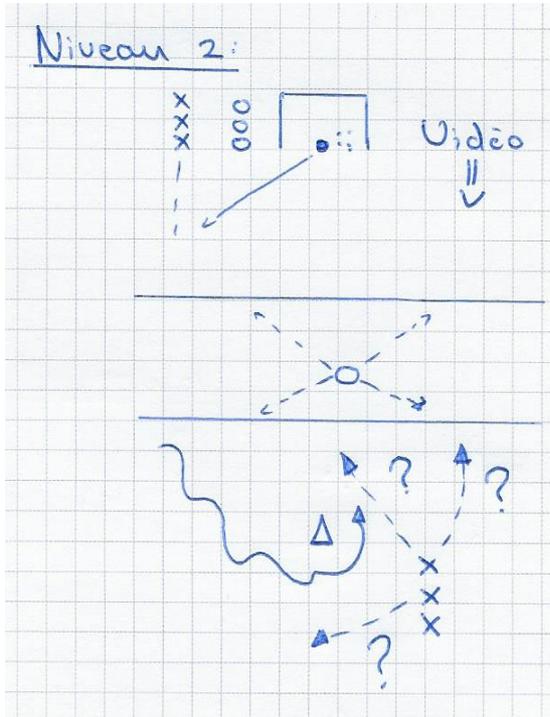
-----

-----

-----

-----

-----



-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

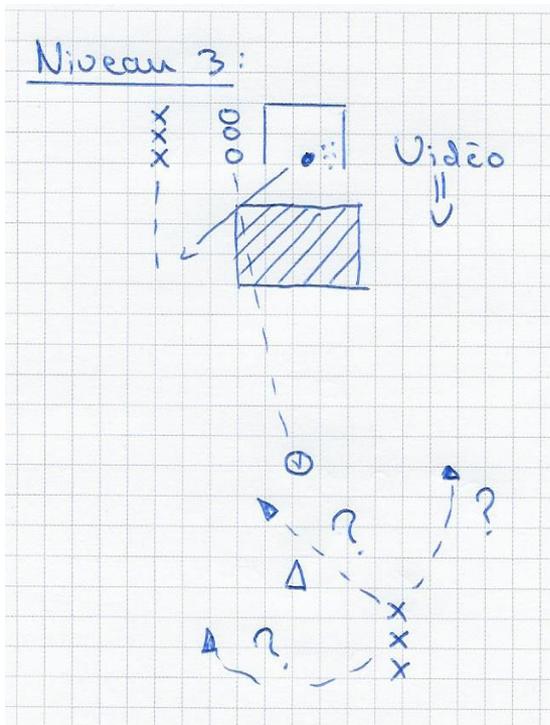
-----

-----

-----

-----

-----



-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

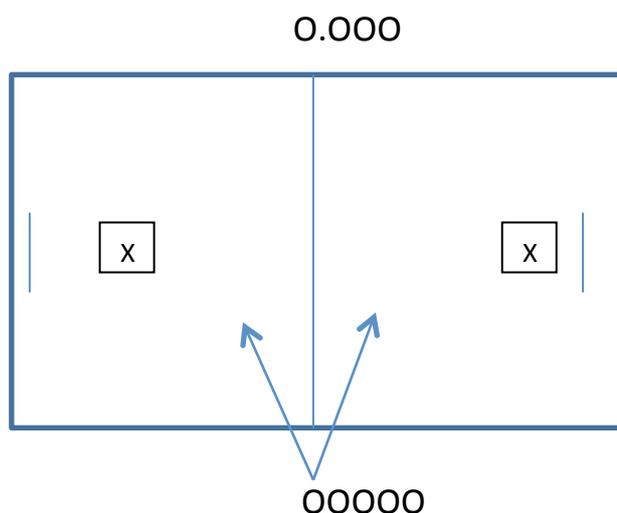
-----

-----

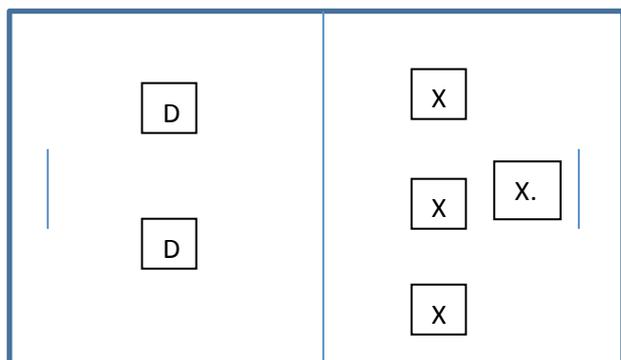


### Variante évaluation 2 VS 1

- le joueur sans la balle choisi un côté de jeu. On joue la supériorité numérique jusqu'à la fin de l'action.



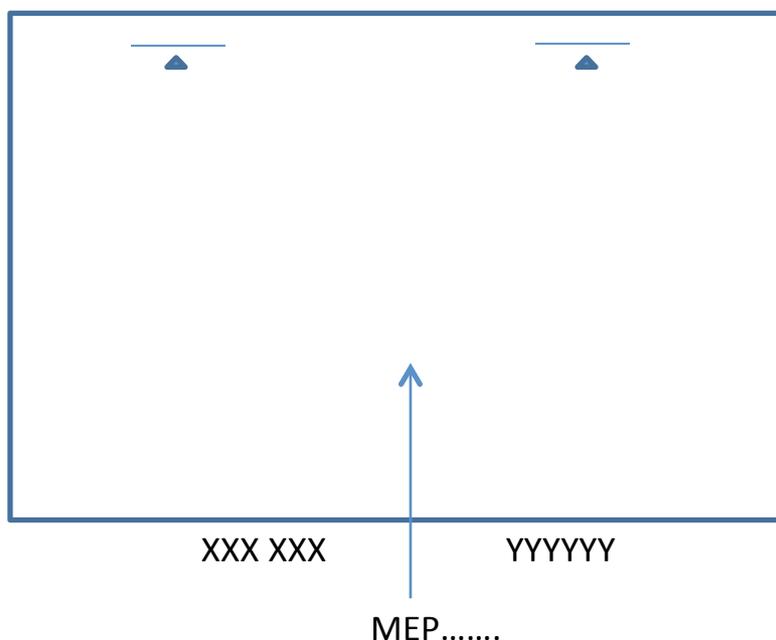
### Evaluation 3 VS 2 : qualitative + quantitative (cf grille annexe)



- L'action débute depuis le gardien.
- Les défenseurs ne peuvent pas franchir le ½ terrain offensif
- L'action s'arrête lors d'une interception ; d'un tir au but ; d'une perte de balle.

- Niveau 1
  - Défenseurs sans canne
- Niveau 2
  - Défenseurs canne à l'envers
- Niveau 3
  - Cannes à l'endroit

**Forme finale jouée : « Small games » (1/2 terrain)**



**Règles du jeu :**

- Le Mep annonce la configuration du jeu (2-1 / 3-2 / 5-3, etc.)
- A chaque coup de sifflet les joueurs abandonnent la balle de jeu, et le Mep relance une nouvelles balle de jeu en annonçant la nouvelle configuration du jeu.
- Les joueurs qui se sont affrontés retournent en queue de colonne après le coup de sifflet (attention ils peuvent être à nouveau actif selon la configuration de jeu annoncée par le Mep).
- Lorsqu'un gardien bloque la balle, il relance au hasard.
- Lorsqu'un but est marqué, le jeu s'arrête automatiquement et reprend depuis le Mep.

## Evaluation diagnostique- feuille de résultats (Partie I)

### Niveau 0

- Combien de points mon joueur a-t-il marqué ?  
1<sup>er</sup> essai : \_\_\_\_\_  
2<sup>ème</sup> essai : \_\_\_\_\_  
3<sup>ème</sup> essai : \_\_\_\_\_
- Total : \_\_\_\_

### Niveau 1

- Quelle est sa suite de points ( 1-1-2-3) ?  
1<sup>er</sup> essai : \_\_\_\_\_  
2<sup>ème</sup> essai : \_\_\_\_\_  
3<sup>ème</sup> essai : \_\_\_\_\_
- Résumé des points ?  
Nb de 1 points ? \_\_\_\_  
Nb de 2 points ? \_\_\_\_  
Nb de 3 points ? \_\_\_\_

### Niveau 2

- Mon joueur doit effectuer la contrainte suivante : 1-2-3 pts ; 1-2-3 pts  
1<sup>er</sup> essai : \_\_\_\_  
2<sup>ème</sup> essai : \_\_\_\_  
3<sup>ème</sup> essai : \_\_\_\_  
Total : \_\_\_\_
- Mon joueur doit effectuer la contrainte suivante : 2-3-1 pts ; 2-3-1 pts  
1<sup>er</sup> essai : \_\_\_\_  
2<sup>ème</sup> essai : \_\_\_\_  
3<sup>ème</sup> essai : \_\_\_\_ Total : \_\_\_\_

### Niveau 3

- **Moyen : une passe à l'intérieur et sortir du rectangle**
  - Mettre un coche sur la ligne suivante à chaque réussite
  - \_\_\_\_\_
- **Difficile : x passes + sortie du rectangle = x points)**
  - Incrire sur la ligne suivante le meilleur chiffre réalisé
  - \_\_\_\_\_

## Evaluer le comportement offensif des joueurs (Partie III)

### 1 VS 1

- **Forme simple :**

COMPETENCE NIVEAU 1		
	« PROTECTION DE LA BALLE »	
	Réussite	échec
ESSAI 1		
ESSAI 2		
ESSAI 3		
ESSAI 4		
ESSAI 5		
ESSAI 6		
ESSAI 7		
ESSAI 8		

- **Forme moyenne :**

	COMPETENCE NIVEAU 1		COMPETENCE NIVEAU 2	
	« PROTECTION DE LA BALLE »		« DEPASSER L'ADVERSAIRE »	
	réussite	échec	réussite	échec
ESSAI 1				
ESSAI 2				
ESSAI 3				
ESSAI 4				

- **Forme difficile :**

	COMPETENCE NIVEAU 1		COMPETENCE NIVEAU 2		COMPETENCE NIVEAU 3	
	« PROTECTION DE LA BALLE »		« DEPASSER L'ADVERSAIRE »		« ETRE DANS LA ZONE POUR MARQUER »	
	réussite	échec	réussite	échec	réussite	échec
ESSAI 1						
ESSAI 2						
ESSAI 3						
ESSAI 4						

## **Evaluer le comportement offensif des joueurs (Partie III)**

### **1 VS 1**

#### **BAREME FORME SIMPLE**

**E : entraîné : 0 à 4 pts**

**R : réussi : 5 pts**

**BR : bien réussi : 6 pts**

**TBR : très bien réussi : 7 et 8 pts**

#### **BAREME FORME MOYENNE**

**E : entraîné : 0 à 4 pts**

**R : réussi : 5 pts**

**BR : bien réussi : 6 pts**

**TBR : très bien réussi : 7 et 8 pts**

#### **BAREME FORME DIFFICILE / ne pas tenir compte du niveau 1 de compétence**

**E : entraîné : 0 à 4 pts**

**R : réussi : 5 pts**

**BR : bien réussi : 6 pts**

**TBR : très bien réussi : 7 et 8 pts**

## Evaluation 3 VS 2 : Individuelle

### 1) Qualitative : rôles à occuper

#### a. Meneur de jeu

- i. Conduite de balle active vers ses coéquipiers ?
- ii. Conduite de balle active dans les espaces libres ?

---

---

---

---

---

#### b. Joueur disponible

- i. Présent en tant que soutien ? / appui ?
- ii. Est-il possible de lui faire une passe ?

---

---

---

---

---

#### c. Joueur dans le slot

- i. Gêne-t-il le gardien ?
- ii. Montre-t-il une volonté de marquer lui-même ?
- iii. Montre-t-il une volonté de jouer le rebond ?

---

---

---

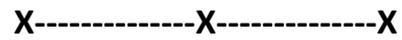
---

---

## Evaluation 3 VS 2 : Collective

### 2) Quantitative : formes d'attaque

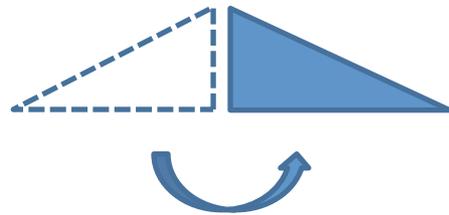
a. Ligne



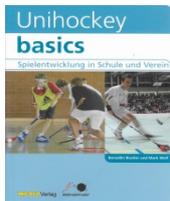
b. Triangle équilatéral



c. Triangle rectangle



Formes d'attaque	Nombre de fois ?
Ligne	
Triangle équilatéral	
Triangle rectangle	



Référence : Unihockey basics. Spielentwicklung in Schule und Verein (2004). Benedikt Beutler und Mark Wolk. Editions IngoldVerlag. Herzogenbuchsee .

### **Contrôle: La conduite de balle**

Q : « Est-ce que la balle va où je veux ? »

Q : « Puis-je quitter la balle des yeux ? »

Q : « Puis-je trouver des endroits libres ? »

### **Contrôle: La passe**

Q : « Suis-je capable de faire une passe au sol ? »

Q : « Suis-je capable de faire une passe à un coéquipier ? »

Q : « Est-ce que je trouve un coéquipier libre ? »

Q : « Ma passe arrive-t-elle au bon endroit ? »

Q : « Sais-je faire une passe dans le bon tempo ? »

Q : « Ma passe crée-t-elle une situation intéressante ? »

### **Contrôle : Le tir au but**

Q : « Mon tir est-il dirigé dans la bonne direction ? »

Q : « Suis-je capable de tirer au sol / en l'air ? »

Q : « Suis-je capable de tirer en mouvement ? »

Q : « Suis-je capable de tirer après une passe ? »

Q : « Suis-je capable de me créer une chance de but ? »

Q : « Suis-je capable de me décider vite ? »

## Contrôle: La conduite de balle

Q : « Est-ce que la balle va où je veux ? »

- Course d'orientation à deux : Différents objets sont disposés dans la salle (cônes, caissons, piquets, cerceaux). Je mémorise et copie le chemin qu'emprunte un camarade. Si je fais juste, il rajoute un objet. Un troisième joueur contrôle le parcours effectué.
  - ✓ Insuffisant : entre 1 et 3 objets
  - ✓ Suffisant : entre 4 et 6 objets
  - ✓ Très bien : plus de 6 objets.
- Slalom humain : les élèves (groupe de 6 ou 7) partent les uns derrière les autres. Le premier s'arrête après 5 m et ainsi de suite tous les trois mètres. Quelle groupe arrive à faire le tour de salle ? Variations possibles : effectuer un tour complet de chaque élève ; passer la balle entre les élèves, etc.

Q : « Puis-je quitter la balle des yeux ? »

- 1 élève / 1 balle : les élèves sont distribués dans toute la salle. Des piquets sont répartis sur celle-ci. Descendre et / ou remonter le plus de piquets pendant 1 min. Variation : concours entre deux équipes. Une équipe joue avec des cônes couchés au départ du jeu, et l'autre équipe joue avec des piquets au sol au départ du jeu. Quelle équipe possède le plus de piquets / cônes debout à la fin du jeu. Il est possible de descendre l'objet de l'autre équipe !
- Montrer le chemin. Traverser la salle avec sa balle, pendant que des joueurs placés dans des cerceau nous indiquent le chemin avec leur canne (droit ou gauche ; passage à l'opposé de la canne posée au sol). Variation : l'addition : idem, sauf que les joueurs statiques indiquent des chiffres (1 à 5). Un joueur assiste la traversée et contrôle d'addition !

Q : « Puis-je trouver des endroits libres ? »

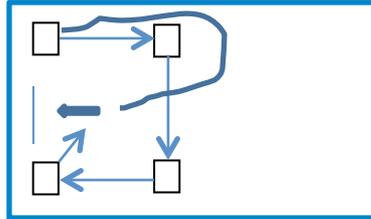
- Jeux aux cerceaux : chercher un nid. Les élèves conduisent librement leur balle dans la salle. Au coup de sifflet du Mep, ils cherchent un nid le plus rapidement possible. Variation : enlever un nid à chaque essai ; indiquer une couleur pour les garçons et une couleur pour les filles ; rajouter un ou plusieurs chasseurs.

## Contrôle: La passe

Q : « Suis-je capable de faire une passe au sol ? »

Q : « Suis-je capable de faire une passe à un coéquipier ? »

- Passe et va :



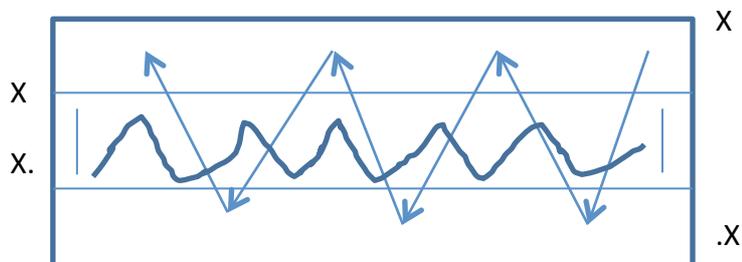
- Passes à trois : X. ← → X ← → X
- Passes précises à deux : X. ← → X

: Après 5 passes réussies, rétrécir la porte.

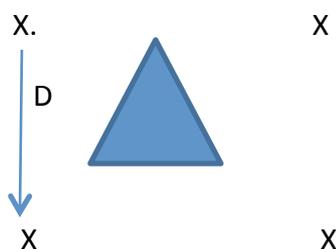
Q : « Est-ce que je trouve un coéquipier libre ? »

Q : « Ma passe arrive-t-elle au bon endroit ? »

- Passes aux prénoms. 2 balles pour 6 joueurs. Des passes sont échangées sans adversaire pendant 3 min, selon le modus suivant :
  - Le passeur crie son propre prénom avant d'effectuer la passe
  - Le joueur sans la balle donne le prénom du porteur de la balle
- Passes courtes, passes longues : l'action se termine par un tir au but



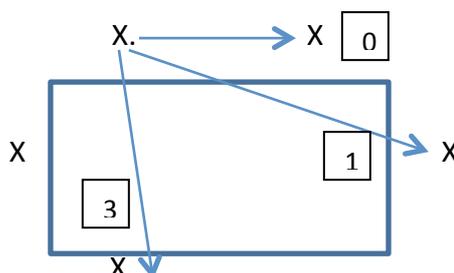
- 4 VS 1 : le défenseur défend les 3 côtés d'un triangle défini par des cônes. Chaque passe qui traverse le triangle rapporte 1 point.



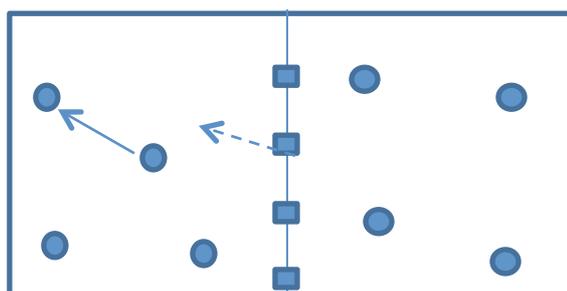
Q : « Sais-je faire une passe dans le bon tempo ? »

Q : « Ma passe crée-t-elle une situation intéressante ? »

- 5 VS 2 : les attaquants sont constamment en mouvement autour du rectangle. Un défenseur se situe à l'intérieur. Toutes les passes qui traversent le rectangle rapportent des points selon le modus suivant :



- Jeu de conservation à trois équipes : 3 équipes sur un terrain, composées de 4 joueurs chacune. Une équipe occupe un  $\frac{1}{2}$  terrain, une autre occupe l'autre  $\frac{1}{2}$  terrain. La 3<sup>ème</sup> équipe se situe sur la ligne médiane. On engage sur une équipe. Dès que la balle est contrôlée par un joueur, un / deux défenseurs vont au pressing pour récupérer la balle. L'équipe sous pression doit transmettre la balle dans l'autre  $\frac{1}{2}$  camp. Si tel est le cas les joueurs au pressing reviennent sur la ligne médiane et 1 ou deux autres joueurs les remplacent de l'autre côté. Dès 3 mauvaises passes, l'équipe sur la ligne médiane laisse sa place à une autre.

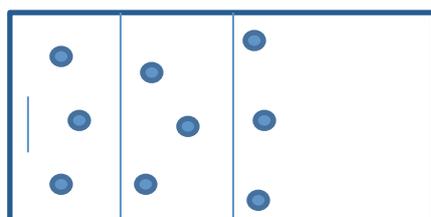


## Contrôle : Le tir au but

Q : « Mon tir est-il dirigé dans la bonne direction ? »

Q : « Suis-je capable de tirer au sol / en l'air ? »

- Effectuer une séquence de 9 tirs selon le modus suivant : combien de points ?



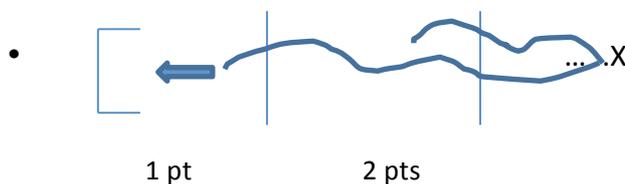
1 pt    2 pts    3 pts

Variations possibles :

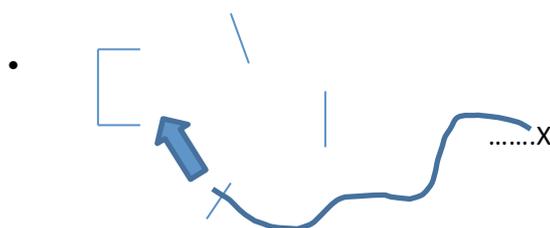
- un petit tapis est posé au sol devant le but !
- placement des balles
- nb de buts (deux côte à côte ; trois buts, etc.)
- tir à l'arrêt ou tir après une course

Q : « Suis-je capable de tirer en mouvement ? »

Q : « Suis-je capable de tirer après une passe ? »

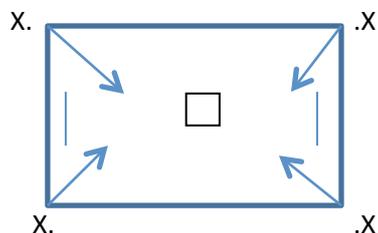


Variation : après une passe latérale d'un coéquipier



Variation : passer une ligne pour tirer au but

- Tir direct au but après orientation : 4 passeurs aux 4 coins des deux buts. Un attaquant au centre du terrain (5 m de distance entre les 2 buts). On définit un ordre de tir à l'avance.



Q : « Suis-je capable de me créer une chance de but ? »

Q : « Suis-je capable de me décider vite ? »

- Situation de 1 VS 1 à l'intérieur du carré délimité par 4 joueurs (Attaquants). Trois des 4 joueurs possèdent une balle. Les deux joueurs en duels peuvent garder la balle, faire une passe aux appuis, demander une balle aux appuis. Combien de buts sont marqués ?

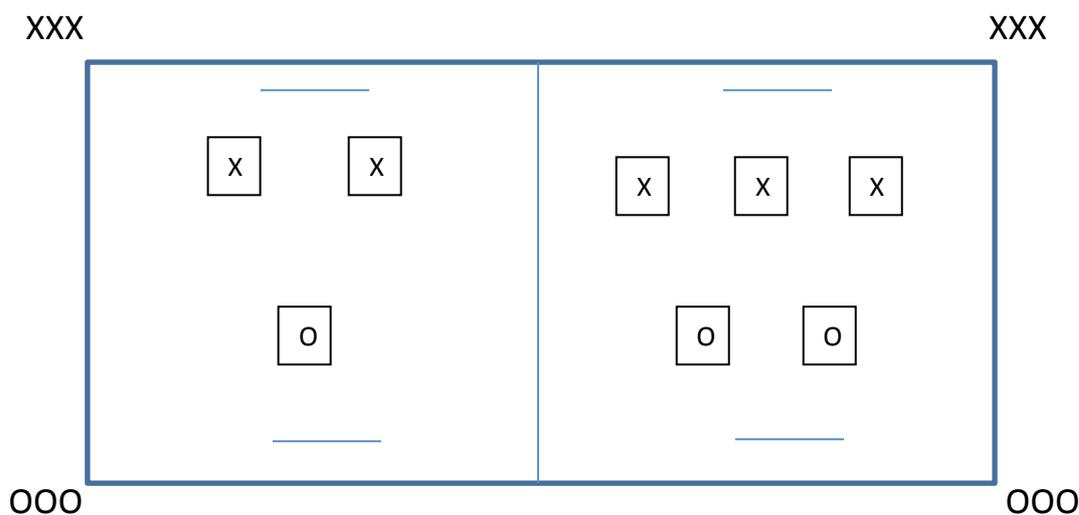


### Partie III : intégration des rôles secondaires

#### Coaching : changement de joueurs

#### Arbitrage : maîtriser les coups de canne

- 2 VS 1 et 3 VS 2 avec changements volants



#### - Règles de jeu :

- Jouer à 2 VS 1 ou à 3 VS 2 pendant 5 min non-stop
- interdire les coups de canne :
  - taper sur ou sous la canne du porteur de la balle
  - taper derrière la canne du porteur de la balle
  - taper la balle en arrivant depuis l'arrière du porteur de la balle
- comprendre le duel corporel
  - bloquer le corps VS bousculer le corps
- début du match : Bully au centre du terrain

- **Rôle du coach :**

- Définir avec ses joueurs qui rentre et qui sort du terrain afin de respecter la règle principale du jeu.
- Qui joue en infériorité et / ou en supériorité
  
- Comment changer un joueur « fatigué » :
  - En infériorité :
    - Seul : se débarrasser de la balle
    - A deux : couvrir sa balle loin de son propre but, dans une zone difficile d'accès (derrière le but adverse ; proche des coins du terrain)
  - En supériorité : se protéger derrière notre but
- Mon équipe est-elle proche ou loin de son propre but ?

- **Rôle de l'arbitre :**

- Bully après chaque but
- Siffler lors de chaque faute de canne ; le joueur sort et il est remplacé par un coéquipier. Pendant ce temps, l'autre équipe effectue le coup franc et le jeu continue !
- Siffler intelligemment les fautes corporelles. Un coup franc est sifflé, le jeu continue, sans sanctionner le joueur fautif d'un changement !
  - Pourquoi ? une faute de canne est plus grave qu'une faute corporelle

## Partie IV : Les compétences exécutives

### « Compétences cognitives qui nous permettent de fonctionner, d'agir de façon organisée pour atteindre des objectifs »

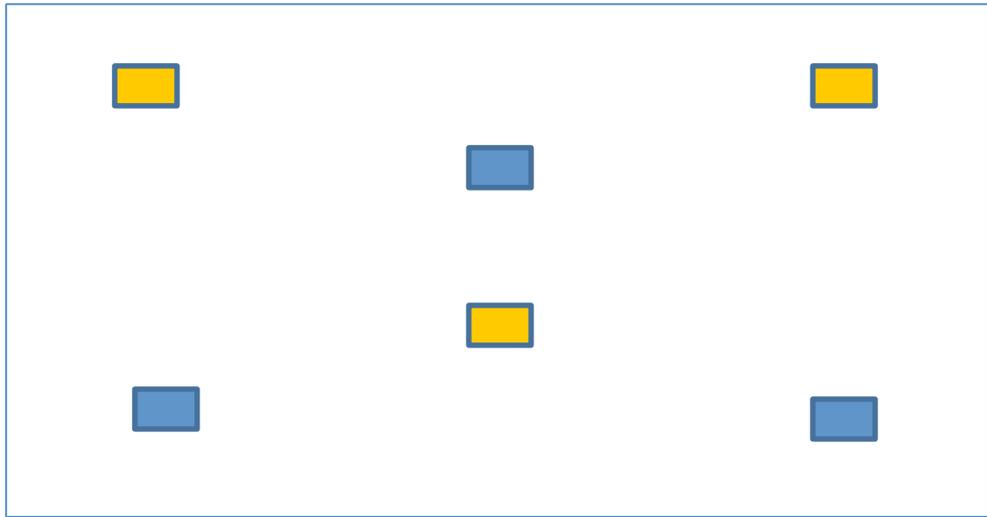
In, Céline Alvarez (2016). Les lois naturelles de l'enfant

- ✓ La mémoire à court terme : la capacité de conserver temporairement des informations qui nous permettent d'effectuer une tâche.
- ✓ Le contrôle inhibiteur : la possibilité de privilégier une solution parmi d'autres envisageables.
- ✓ La flexibilité cognitive : la capacité à s'adapter à des changements dans l'environnement.

Conditions de jeux pour les 3 niveaux :

- ✓ **L'arbitre central** est le maître du jeu !
  - Un coup de sifflet : les joueurs peuvent marquer dans tous les buts disponibles.
  - Deux coups de sifflet : chaque équipe a son / ses propre(s) but(s).
  - Trois coups de sifflet : alternance. On marque dans un type de but et ensuite dans l'autre.
- ✓ **Un arbitre par terrain** qui compte les buts (cf. fiche annexe).
- ✓ **On joue à 3vs3** (diviser la salle en 3 tiers)
- ✓ **Jeu en continu** (non-stop). L'équipe qui encaisse le but repart depuis celui-ci. Attention dans la condition un coup de sifflet. Interdiction de marquer dans le même but.

Tapis au sol : le porteur de la  
balle met un pied sur le  
tapis pour marquer un but.



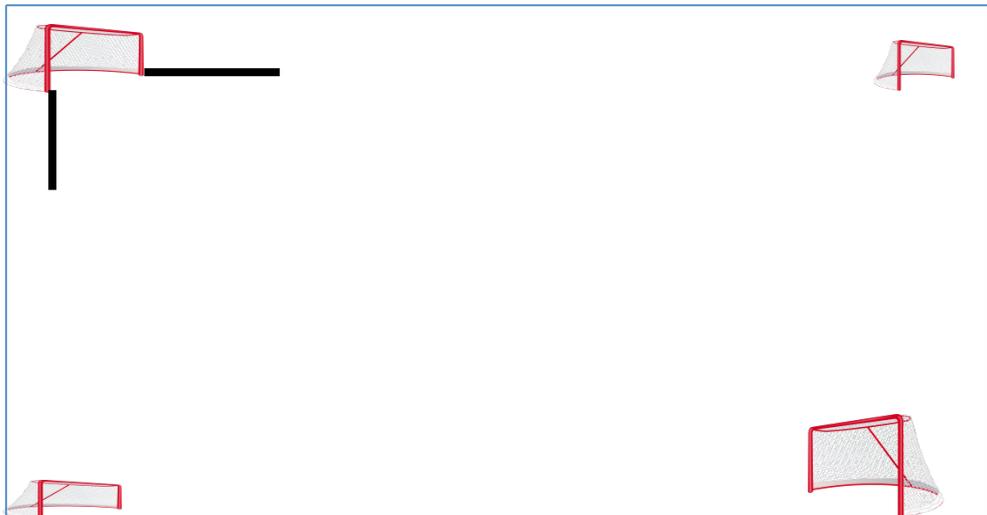
Niveau 1

Caissons : tirer pour  
marquer. Le jeu continue  
après un but . Balle libre.



Niveau 2

Petits et grands buts. Mettre  
des bancs retournés le long  
de chaque poteau. Possibilité  
de jouer un rebond dessus.  
Définir un lieu  
d'engagement.



Niveau 3

Fiche de résultats / arbitre de terrain : Niveau 1

Condition 1		Condition 2		Condition 3	
Equipe 1	Equipe 2	Equipe 1	Equipe 2	Equipe 1	Equipe 2

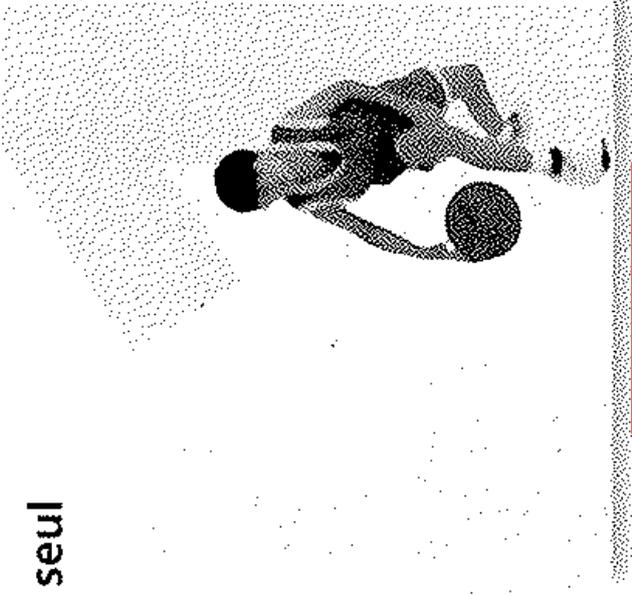
Fiche de résultats / arbitre de terrain : Niveau 2

Condition 1		Condition 2		Condition 3	
Equipe 1	Equipe 2	Equipe 1	Equipe 2	Equipe 1	Equipe 2

Fiche de résultats / arbitre de terrain : Niveau 3

Condition 1		Condition 2		Condition 3	
Equipe 1	Equipe 2	Equipe 1	Equipe 2	Equipe 1	Equipe 2

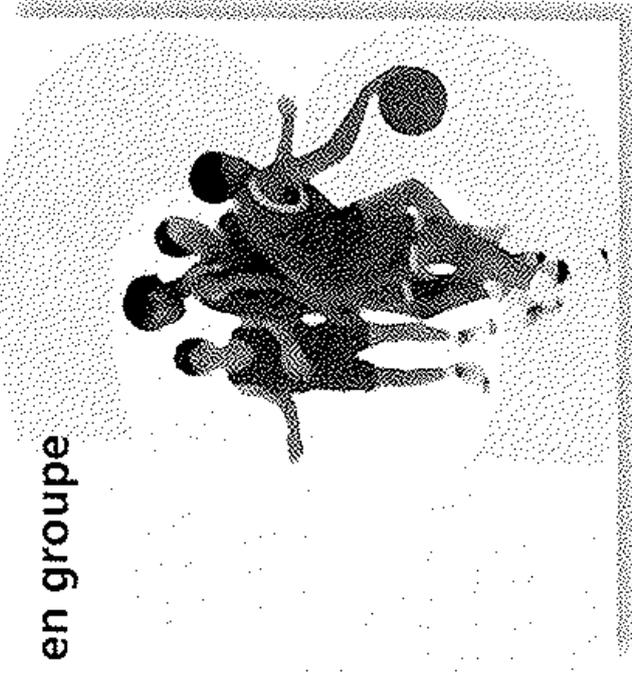
seul



par deux



en groupe



Difficulté croissante

- Seul
- A côté
- Contre

- Avec son partenaire
- A côté
- Contre

- Avec ses partenaires
- A côté des autres
- Contre

M1, b5, p10