



Schéma pour la préparation d'une leçon de gymnastique infantine (Recueil de matière)

Nom / Prénom : _____ **Corinne Kühnen** _____

Thème : __ **Initiation au basket-ball** ____ **CP 24 avril** _____

Buts de la leçon	Préparer / matériel à préparer
Permettre à l'enfant de développer des compétences, d'acquérir des savoir-faire nouveaux, de respecter des règles précises et simples, apprentissage des stratégies.	

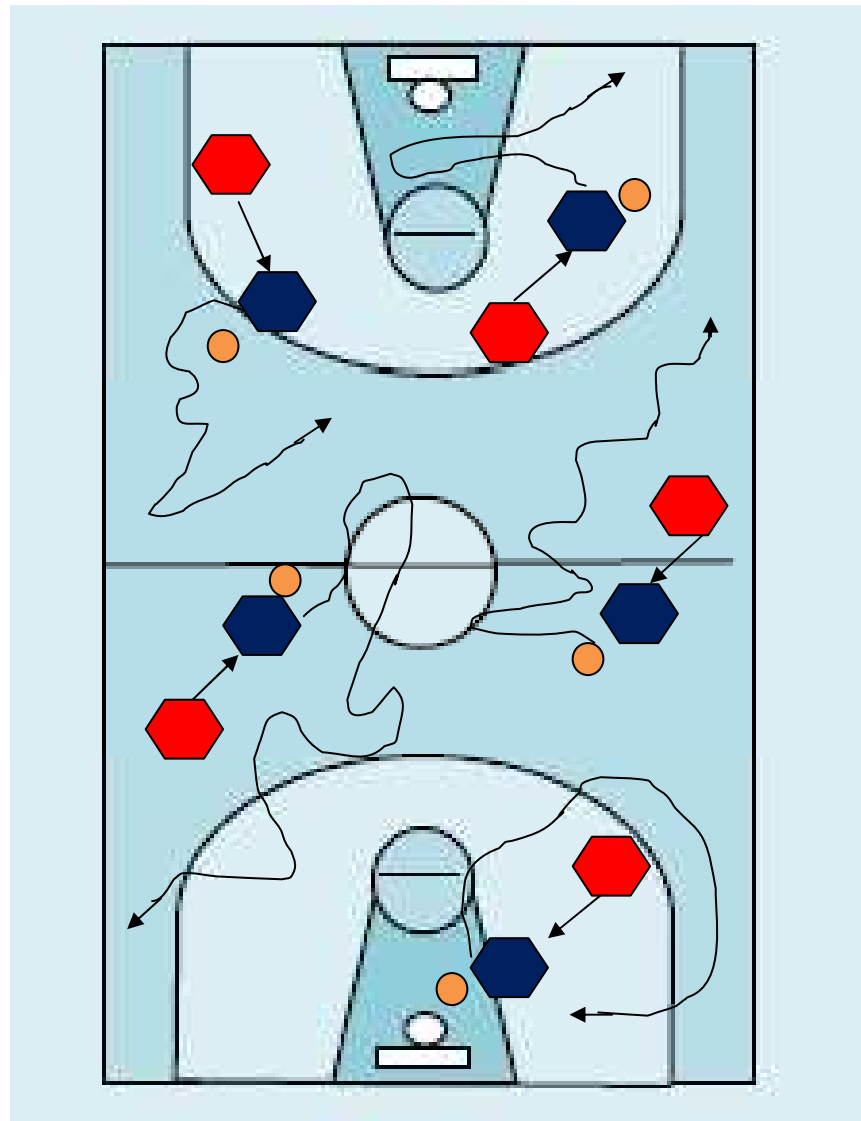
Durée	Déroulement, contenus	Organisation, matériel
Première partie	<p>Introduction : Le basket-ball est un jeu collectif reposant sur des qualités individuelles d'adresse et de maîtrise de soi. Trois points sont importants et à retenir : - le dribble – les tirs au panier – les passes. Familiarisation avec ces trois gestes techniques</p>	Ballons de basket minis et normaux – blocs polymat – cerceaux – cônes – tapis de souris
	<p>Echauffement : Si possible un ballon par enfant. Si nous n'avons pas assez de ballons de basket, utiliser les ballons de volley. Familiarisation avec le ballon de basket.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Se promener dans la salle en dribblant. Essayer de dribbler d'abord avec la main droite puis la gauche. 2. Trottiner toujours en dribblant. 3. Slalomer entre les cônes, au bout du slalom, viser les cibles en lançant le ballon à deux mains. 4. Dribbler en marchant droit devant et essayer de ne «pas» regarder le ballon. 5. 2 par 2, face à face, faire des passes avec un rebond. 6. Même exercice mais sans rebond 7. Toujours 2 par 2, face à face, faire des passes. Après chaque passe, reculer d'un pas. 8. Tirs dans les cerceaux fixés aux espaliers à différentes hauteurs, pour les plus grands tirs directement dans le panier de basket le plus bas. 	




Durée	Déroulement, contenus	Organisation, matériel
Première partie suite	<p>Echauffement (suite)</p> <p>9. Tirs dans le mini-panier de basket</p> <p>10. L'IMITATION : Org. : par 2 – 1 ballon pour 2 Un enfant a un ballon et exécute un certain nombre d'actions : divers dribbles en déplacement vers l'avant, vers l'arrière, de côté ou sur place. L'autre le suit en effectuant les mêmes déplacements ou mouvement sans ballon. Au signal, les deux enfants s'arrêtent face à face. L'enfant qui a le ballon le déplace en haut, en bas, sur les côtés, l'autre suit avec les mains les déplacements du ballon. Puis les enfants inversent les rôles.</p> <p>11. LES 3 CERCLES : Obj. : Maniement de balle – adresse – endurance – Org. : 1 ballon par enfant – des cônes qui matérialisent les 3 cercle Deux colonnes derrière la ligne de fond. Les enfants se suivent en dribblant et font le tour des cercles avant d'aller tirer au panier. Puis ils changent de colonne et effectuent le même parcours.</p> <p>L'échauffement est spécifique au thème. Utiliser le plus possible le ballon avec des exercices et des petits jeux qui éveillent leur attention. Eviter les tours de salle.</p>	<p>Recommandation : Obliger les enfants à Dribbler main droite et main gauche</p> <p>Recommandation : Faire le circuit à droite et à gauche</p> <p>Variante : Varier les tirs</p>

Durée	Déroulement, contenus	Organisation, matériel
Partie principale	<p>Exercices sous forme de jeux</p> <p>LE DESSIN Objectif : Maîtrise du ballon, orientation et endurance - Organisation : 1 ballon par enfant Désigner un enfant qui dessine un parcours en se déplaçant en dribblant d'une main puis de l'autre, les autres suivent le même parcours.</p> <p>LES GOUTTES Obj. : Maîtrise des déplacements et des arrêts, vitesse de réaction – Org. : 1 ballon – 2 équipes (rouge et bleu) – ballons de basket en papier posés au sol Désigner un enfant et le faire aller dans le cercle central, les autres se déplacent autour du cercle à l'extérieur en trottinant. L'enfant au centre, lance le ballon en appelant un camarade (peu importe la couleur de l'enfant appelé). Les autres s'éloignent le plus vite possible et ramassent un ballon de basket en papier. L'enfant appelé attrape le ballon et crie « STOP ». Tous les autres doivent alors s'arrêter immédiatement. On compte le nombre de ballon de basket en papier ramassé par équipe. On se replace au centre du terrain et on recommence en changeant l'enfant qui se trouve dans le rond central. L'équipe qui possèdera le plus de ballons en papier aura gagné.</p> <p>JEU DE CHIFFRES OU DE COULEURS Obj. : Maîtrise du ballon – vitesse de réaction – occupation du terrain – adresse et précision – Org. : 1 ballon par enfant – 2 équipes de x enfants Donner un numéro ou une couleur à chacun des enfants des 2 équipes. Les 2 équipes se déplacent en dribblant dans l'espace du terrain de basket en changeant de direction lors qu'ils se croisent. Annoncer un numéro ou une couleur, les 2 enfants appelés qui ont le même chiffre ou la même couleur vont tirer dans le panier opposé à leur position sur le terrain jusqu'à ce que l'un des 2 réussisse son tir. Pendant ce temps, les autres continuent de se déplacer en dribblant. Dès qu'un tir est réussi, les 2 enfants reviennent en dribblant sur le terrain.</p>	<p>Changer d'enfants, varier le trajet Variante : effectuer le trajet en marchant et en trottinant</p> <p>Consigne : Occuper l'espace, ne pas regarder son ballon Variante : Annoncer plusieurs chiffres ou couleurs en même temps</p>
Partie finale	<p>Jouer : 5 SUR 5 SUR TOUT LE TERRAIN Objectif : Coopération – occupation de l'espace – défense Organisation : 3 équipes de 5 joueurs Deux équipes jouent 5 contre 5 sur tout le terrain ; une équipe est en attente sur le côté, la monitrice arbitre. La partie se joue en deux paniers. L'équipe qui perd reste sur le terrain, l'équipe en attente entre en jeu.</p> <p>Retour au calme : Par deux, petits massages avec les balles hérisson....</p>	<p>LES CONSIGNES PEUVENT VARIER SELON L'OBJECTIF RECHERCHE. Occuper l'espace, protéger son panier, aller marquer le plus rapidement possible, passer toujours le ballon vers l'avant, ne pas dribbler en zone défensive etc.</p>

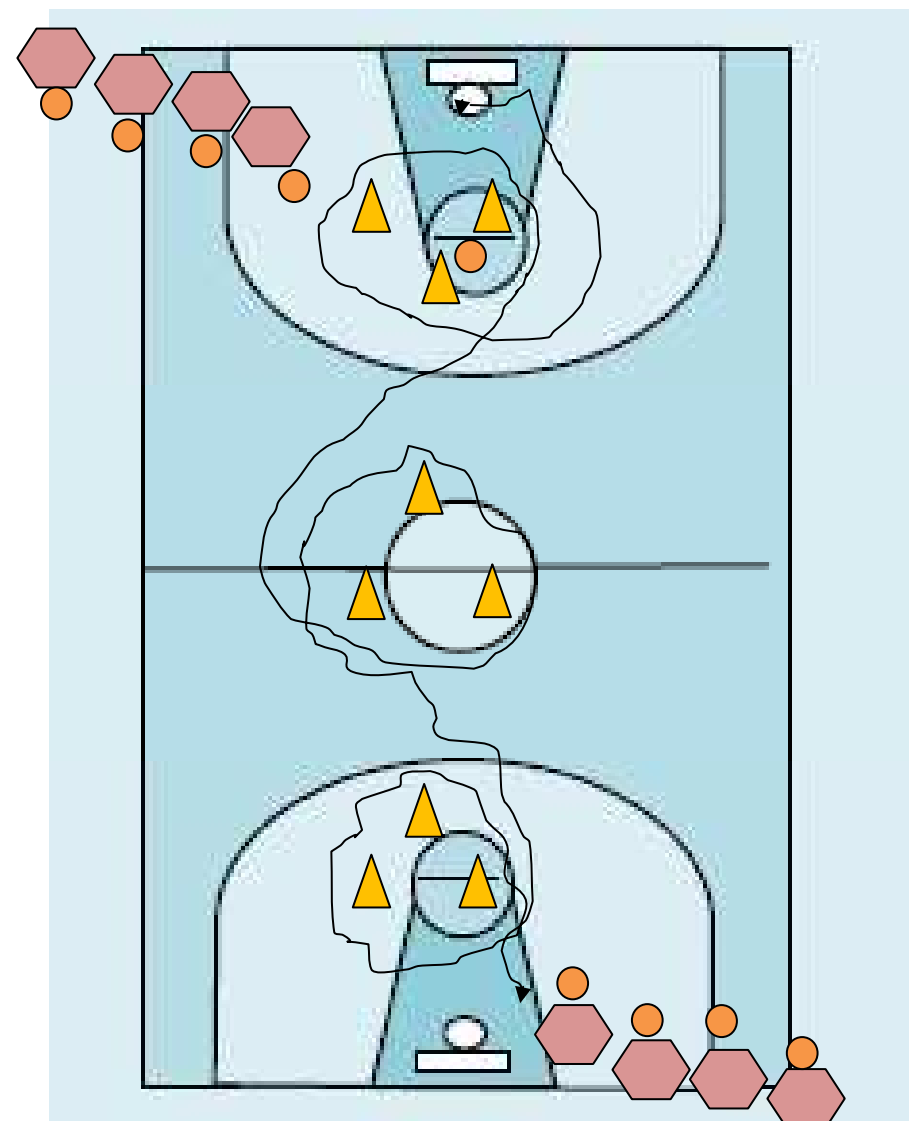
Durée	Déroulement, contenus	
Partie principale (suite)	<p><u>JEU PASSE ET DRIBBLE</u> Obj. : Maîtrise du dribble – vitesse de réaction – maîtrise de trajectoires – Org. : 1 ballon par enfant Chaque enfant a un numéro. Ils se déplacent en dribblant dans les limites du terrain de basket, en changeant régulièrement de main et direction. Annoncer un numéro, celui appelé dribble pour se placer dans le cercle central, les autres font des dribbles pour se placer autour et pose leur ballon au sol. Le numéro appelé passe son ballon à tous les autres à tour de rôle avec et sans rebond. Quand le tour est terminé, se disperser à nouveau dans la salle et recommencer.</p> <p><u>LES CHASSEURS ET LES LAPINS</u> Obj. : Coopération – vitesse de réaction – perfectionnement de la passe – orientation – Org. : 2 ballons pour 2 enfants – 2 chasseurs Dans une zone délimitée, les enfants se passent le ballon (le dribble est interdit). Les deux chasseurs doivent toucher un lapin à la condition que celui-ci soit en possession du ballon. Le lapin touché devient chasseur. Un lapin ne peut avoir deux ballons à la fois, sinon il devient chasseur.</p> <p><u>LES CÔNES QUI TOMBENT</u> Obj. : Maîtrise du ballon – orientation dans l'espace – vitesse d'exécution – Org. : x cônes – 1 ballon par enfant – 2 équipes de x enfants de couleurs différentes Les deux équipes sont placées sur chaque demi-terrain (orange d'un côté, noire de l'autre). Les cônes sont disposés sur tout le terrain (autant de cônes sur chaque moitié de terrain). Les enfants se déplacent en dribblant sans faire tomber les cônes. Au signal (mot, chiffre, couleur déterminé à l'avance...), les enfants de chaque équipe vont dans la moitié de terrain de l'équipe adverse et doivent faire tomber les cônes le plus vite possible, sans s'arrêter de dribbler. L'équipe gagnante est celle qui a fait tomber tous les cônes. On recommence le jeu, mais il s'agira de remettre les cônes debout.</p>	<p><u>Consigne</u> : Occuper tout le terrain et ne pas regarder son ballon</p> <p><u>Recommandation</u> : L'exercice peut être éprouvant, attention à la durée. Réduire l'espace si nécessaire</p> <p><u>Variante</u> : On peut raconter une histoire et le signal sera donné par un mot défini à l'avance qui est prononcé.</p>

L'IMITATION



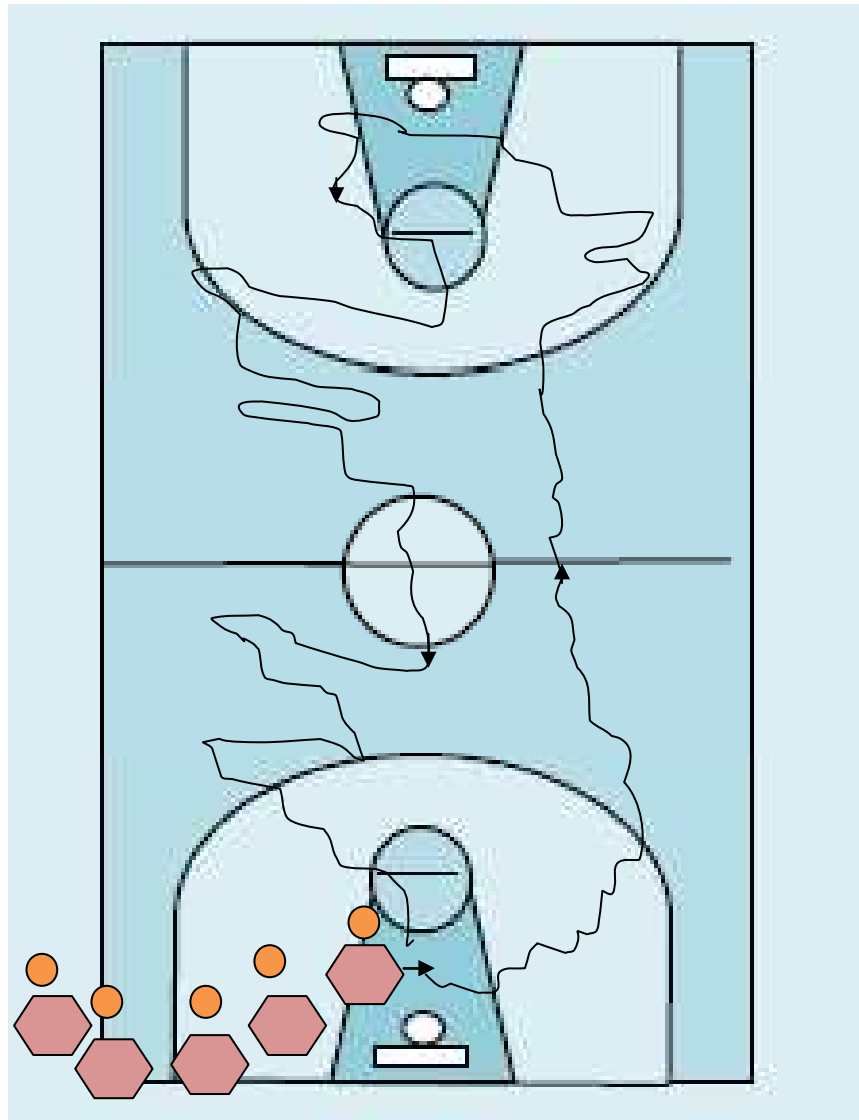
-  Enfant qui exécute
-  Enfant qui suit
-  Ballon de basket



LES 3 CERCLES



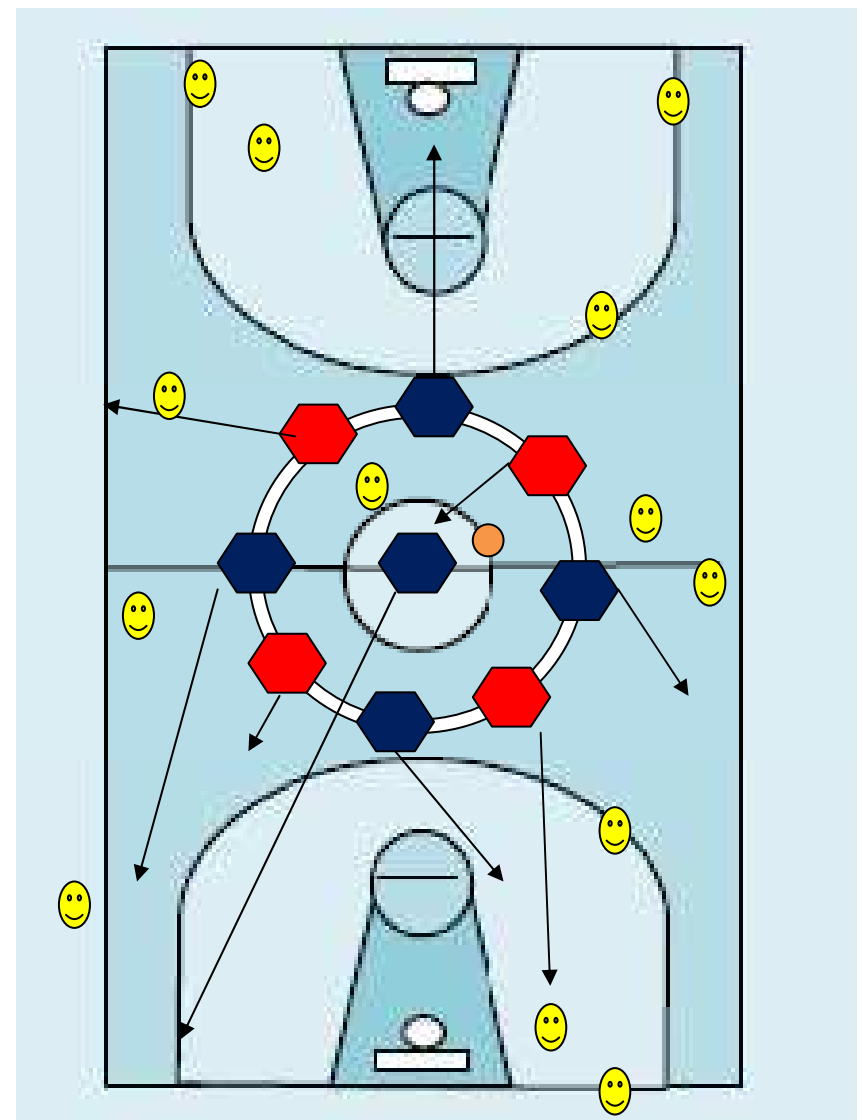
-  Cônes
-  Enfant
-  Ballon de basket





LE DESSIN



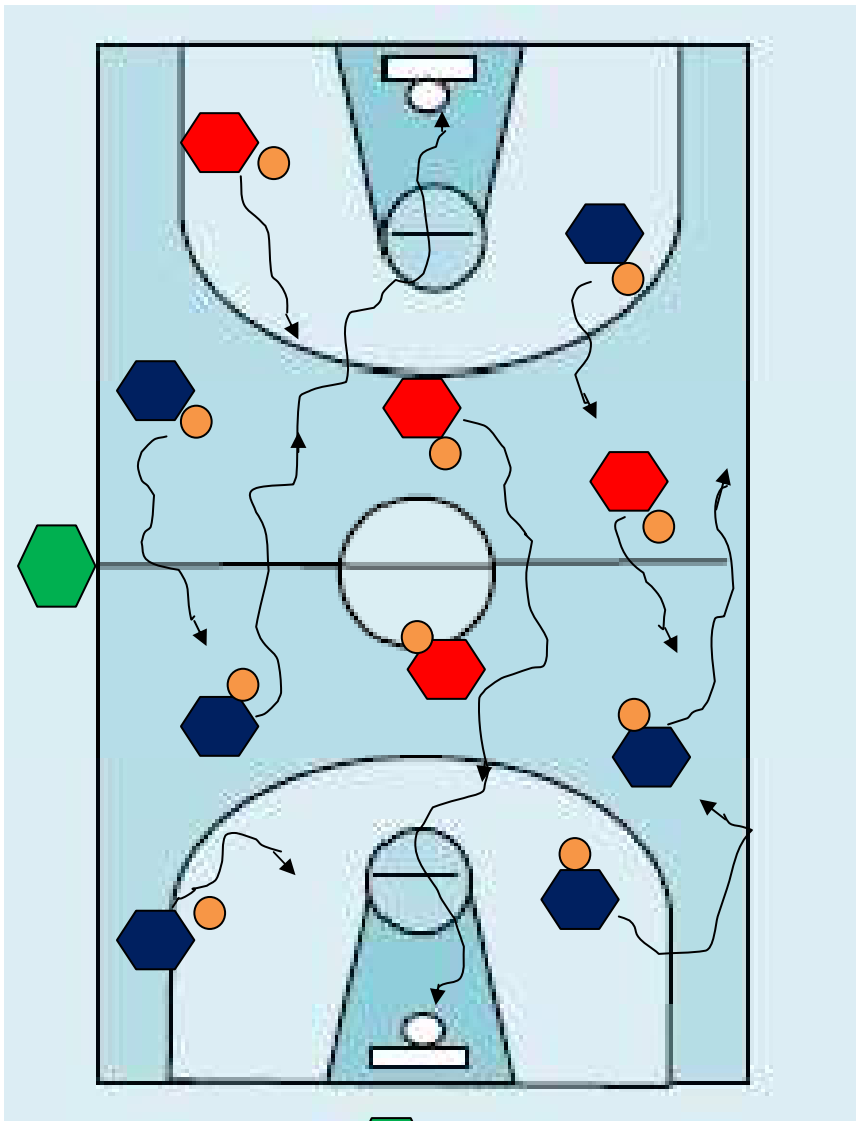
-  Enfant
-  Ballon de basket





LES GOUTTES



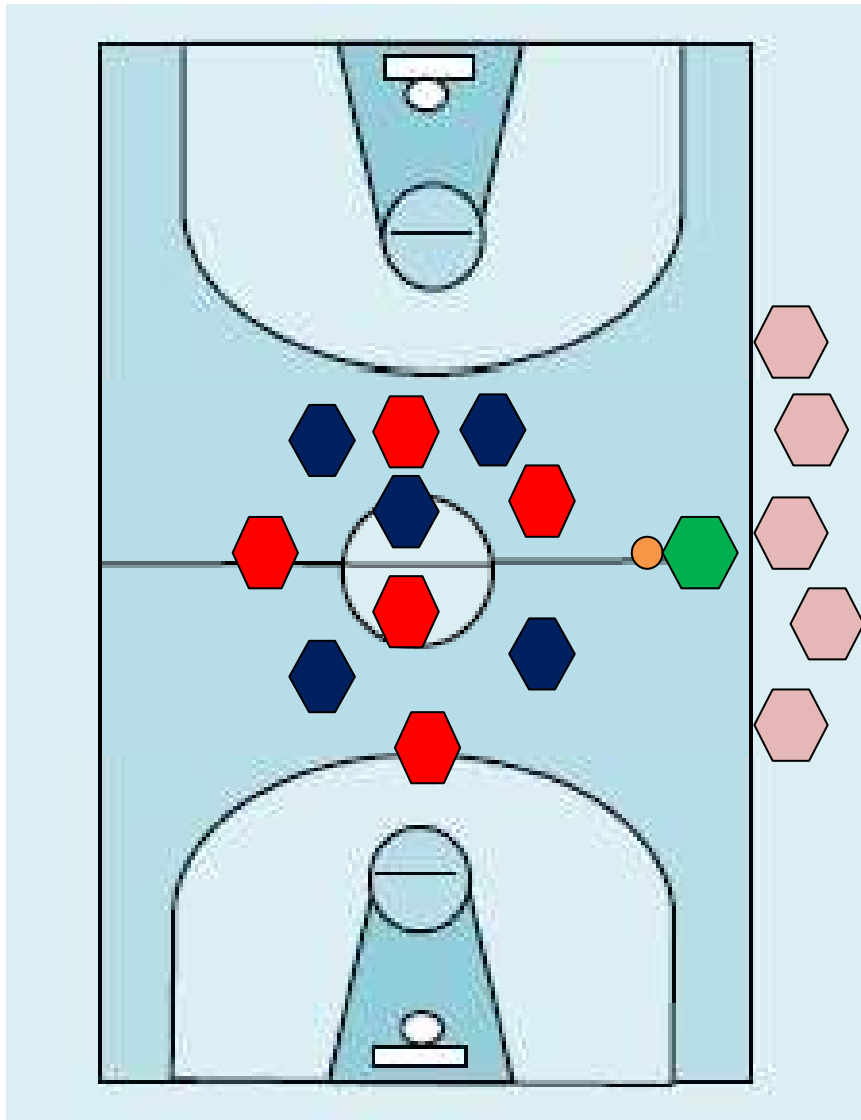
-  Enfant
-  Enfant
-  Ballon de basket
-  ballon en papier






JEU DE CHIFFRES OU COULEURS



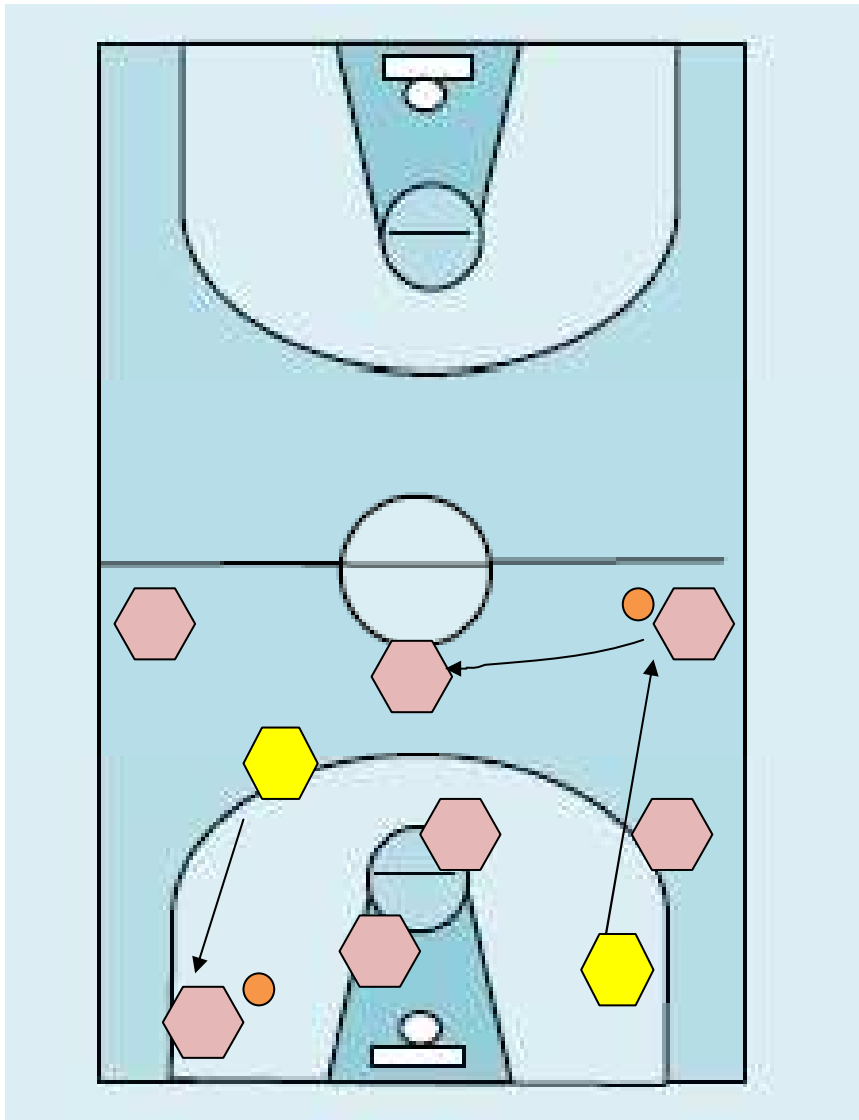
-   Enfant
-  Monitrice
-  Ballon de basket





5 CONTRE 5 SUR TOUT LE TERRAIN



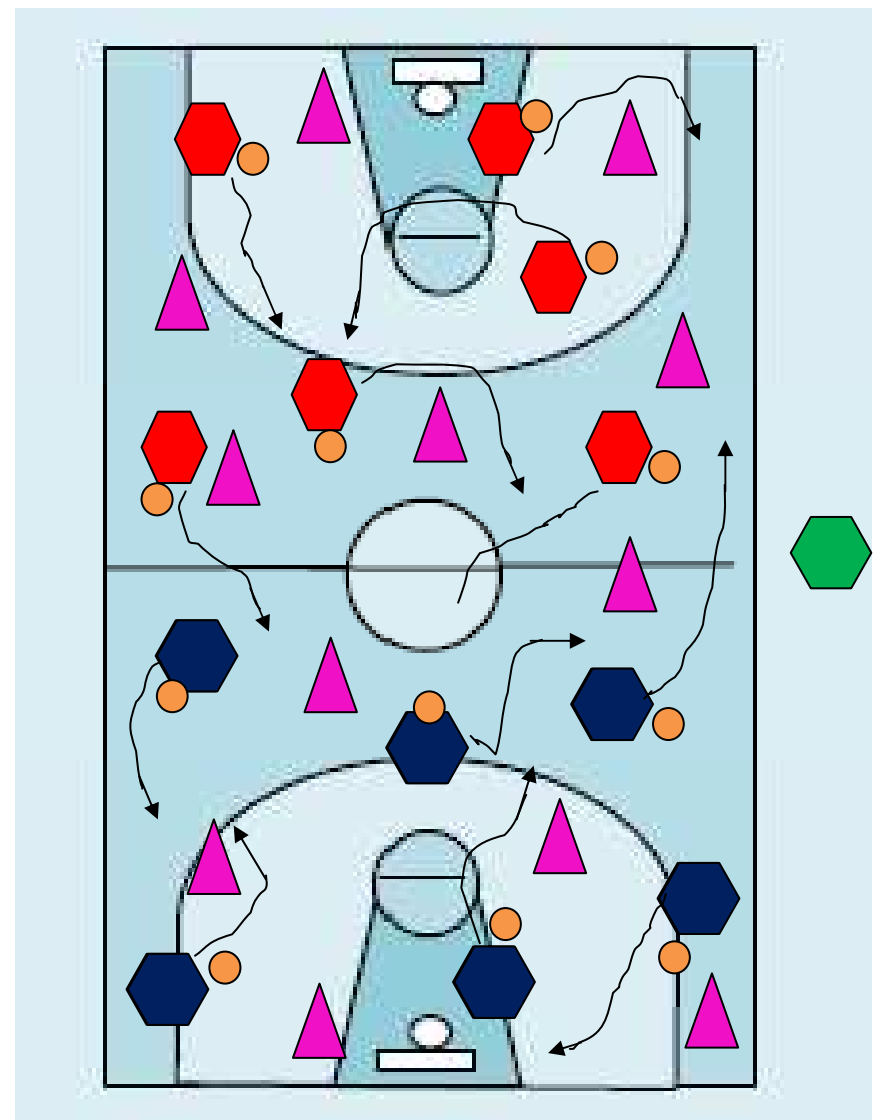
-  Equipe 1
-  Equipe 2
-  Equipe en attente
-  Monitrice
-  Ballon de basket






LES CHASSEURS ET LES LAPINS



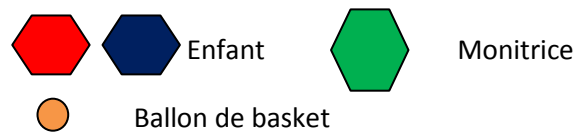
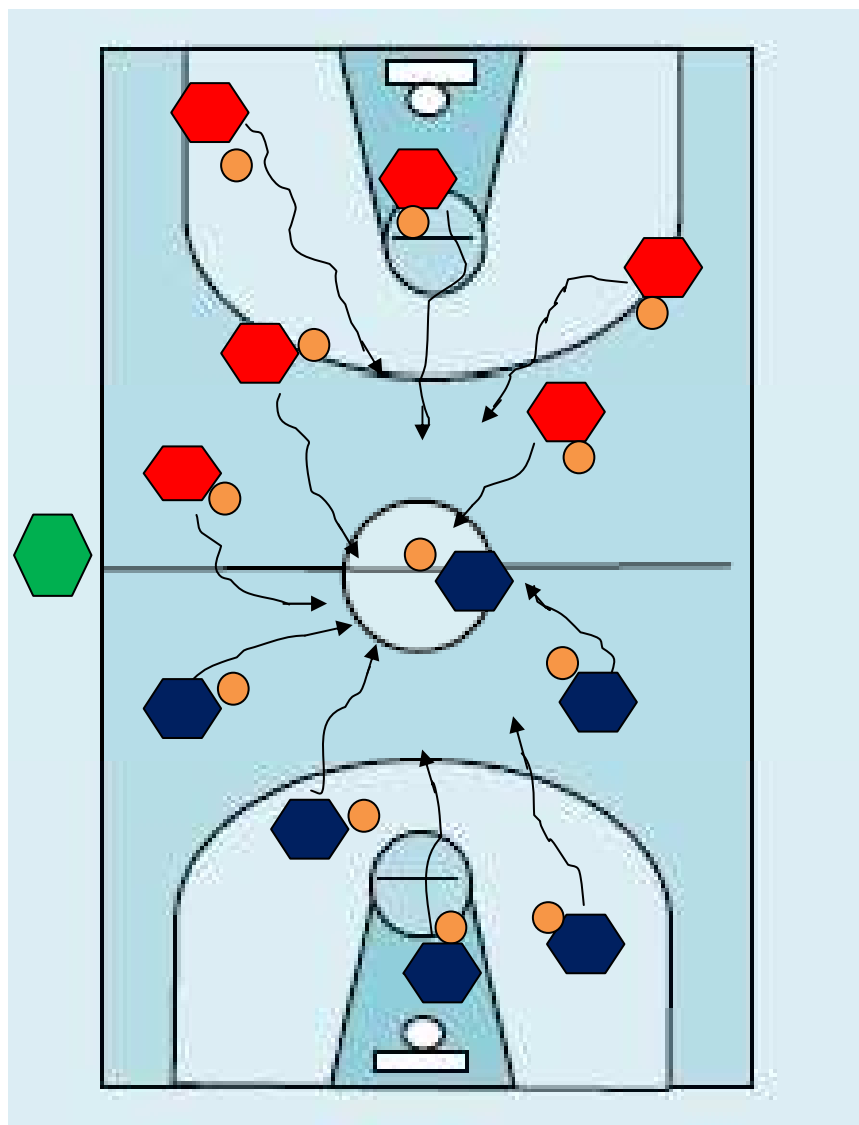
-  Chasseurs
-  Lapins
-  Ballon de basket
-  Passe entre lapins

LES CÔNES QUI TOMBENT



-   Enfant
-  Monitrice
-  Ballon de basket
-  Cônes

JEU DE DRIBBLE ET PASSES (1)



JEU DE DRIBBLE ET PASSES (2)

