

*Les compétences travaillées sont les suivantes :*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| CE2 | CM1 | CM2 |
| Coopérer avec ses partenaires pour affronter collectivement des adversaires, en respectant des règles, en assurant des rôles différents (attaquant, défenseur, arbitre) :  - connaître et respecter les conditions matérielles du jeu (espace de jeu, matériel, répartition des joueurs….) et les règles (gestion, fonction des tracés, utilisation du matériel) ;  - connaître et respecter selon le jeu les relations entre les joueurs, accepter le contact physique ou au contraire respecter l’interdiction de contact.  Remarque : l’espace de jeu, les règles et le nombre de joueurs sont adaptés à l’âge et aux possibilités des élèves. | | |
| Exemples pour le handball, le basketball, le football, et l’ultimate.  **En attaque**  - Conserver le ballon ou le frisbee: passer, recevoir,  contrôler le ballon de plus en plus  efficacement.  - Progresser vers la cible : passer à un  partenaire dans le sens de la  progression, partir vite vers l’avant  - Marquer : passer à un partenaire  placé, marquer un but, un panier ou  toucher le panneau, marquer un essai…  - Utiliser l’espace de jeu dans ses  dimensions, latéralement et en  profondeur.  **En défense**  - Reprendre le ballon, le frisbee : se placer sur lestrajectoires de passes…  - Ralentir la progression de  l’adversaire : gêner le porteur du ballon,  gêner la passe adverse | Exemples pour le handball, le basket-ball, le football, et l’ultimate.  **En attaque**  - Conserver le ballon, le frisbee : passer le ballon à un partenaire démarqué, se démarquer pour donner une solution de jeu au porteur, recevoir le ballon à l’arrêt ou enmouvement.  - Progresser vers la cible : utiliser le dribble ou la passe selon la situation de jeu.  - Marquer : choisir une stratégie permettant de tirer en position favorable (passe à  un partenaire placé, dribble pour passer la défense, tir en mouvement…).  **En défense**  - Reprendre le ballon : se placer activement sur les trajectoires des passes,  occuper l’espace, reprendre le ballon sur rebond, changer très vite de statut (de  défenseur à attaquant).  - Ralentir la progression de l’adversaire : gêner le porteur du ballon dans sa  progression et dans ses tentatives de passe.  - Empêcher de marquer : monter sur le tireur dans l’axe de tir, se placer sur les  trajectoires de passes aux attaquants en position de tir.   Au cours d’un match, assurer alternativement les rôles d’attaquant, de défenseur  et d’arbitre. Participer à la marque en coopérant avec ses équipiers, en  s’opposant individuellement et collectivement à l’équipe adverse et en respectant  les règles définies. | |

***Projet récent mais ambitieux :***

* Sport collectif différent car les joueurs utilisent un engin « planant et volant » que l’on peut transmettre sur de longues distances.
* Nouvelles règles à intégrer par les élèves mais aussi par les enseignants.
* Spécificité : Préparation des enfants au jeu « sans arbitre désigné » ; Les matches se dérouleront le jour de la rencontre en « auto-arbitrage », les joueurs des deux équipes seront garants du bon déroulement du jeu.

***Toutes ces caractéristiques imposent la mise en place de l’activité très en amont de la rencontre avec un nombre minimum de 20 séances de préparation à étaler dans l’année en fonction des conditions météo (journée sans vent).***

**Cycle** 3 ULTIMATE USEP 66

Situation de référence : Le match

Situation de référence : Le match

**Objectifs de l’activité :**

* Mettre en œuvre des stratégies collectives d’attaque et de défense dans le cadre des règles minimales de l’ultimate.
* **Recherche de l’efficacité dans la transmission et la réception du frisbee (faire voler et planer le disque).**
* Pratiquer un jeu sans arbitre désigné.

**Dispositif et matériel :**

* Un terrain 40m x 20m (pelouse ou cour ou plateau de sport…)
* Equipes de 5 joueurs (+ remplaçants)
* Un disque volant (frisbee)

.

**Règles du jeu :** (Voir page 3)

**Organisation du groupe classe :**

* 2 équipes en jeu
* 1 équipe observe l’activité des joueurs.
* 1 équipe chargée du temps qui contrôle le bon déroulement de la rencontre.

**Observation – Evaluation**

* Fiches d’observation élèves : voir document joint
* Evaluation diagnostique par l’enseignant qui estimera au niveau individuel :
* La participation du joueur : son engagement dans le jeu (attaque et défense)
* La compréhension et le respect des règles
* Les difficultés et contraintes de « l’auto-arbitrage »
* Les habiletés motrices (maîtrise du disque, **lancer, faire voler** et réception en courant).

**Sources d’informations supplémentaires :**

* Revue EPS et EPS1 N° 66, 69, 82

**Dispositif et matériel :**

Un terrain 40m x 20m (pelouse ou cour ou plateau de sport…)(ci-joint règles)

Equipes de 5 joueurs (+ remplaçants)

Un disque volant (frisbee) ; Divers modèles existent :

Diamètre 20 à 25 cm

Rigides ou souples (de préférence)

Poids 70g à 110g.

**ULTIMATE Les règles du jeu USEP 66**

**Le but du jeu** est identique aux autres sports collectifs : **Marquer plus de points que l’équipe adverse**!

**Une particularité, le « COARBITRAGE »:** il n’y a pas d’arbitre désigné et extérieur aux équipes qui jouent. Ce sont les joueurs sur le terrain qui, seuls, peuvent arrêter le jeu. Chacun est responsable de son bon déroulement et garant de l’application de la règle. Dès qu’un joueur constate une irrégularité, il annonce « FAUTE » : le jeu s’arrête immédiatement ; le litige réglé rapidement par les protagonistes doit permettre la reprise du jeu.

D’autre part, un élève doit être nommé « Responsable du Jeu » (voir fiche)

**Pour jouer :**

* 2 équipes de 5 joueurs (+ remplaçants avec changements fréquents)
* 1 disque volant (frisbee)
* sur une surface égale à un terrain de handball (40 x 20m) avec une zone d’en-but à chaque extrémité (6m).

Ligne de touche 40 m

6m Zone

20m D’en-but

Ligne de but Ligne de but

Ligne de fond

**La marque :**

Un point est marqué quand un joueur attrape le disque dans la zone d’en-but de l’équipe adverse. Le point n’est valable que si c’est un joueur de son équipe qui a lancé le disque. Le réceptionneur doit avoir les deux pieds dans l’en-but.

**L’engagement :**

Au début du jeu et après chaque point marqué, les équipes se positionnent sur leur ligne de but respective. L’équipe qui a marqué le dernier point lance le disque dans l’aire de jeu (souvent le plus loin possible). L’autre équipe prend possession du frisbee à l’endroit de la chute et devient alors l’équipe attaquante.

**Droits et devoirs du joueur :**

Le joueur en possession du frisbee :

* + peut lancer le disque dans n’importe quelle direction
  + dispose de 10 secondes pour le faire
  + ne peut pas se déplacer avec le disque.

Tous les autres joueurs peuvent se déplacer librement sur l’ensemble de l’aire de jeu. **Un seul défenseur situé au moins à 2m** est autorisé à gêner le lanceur. Les autres se situent **au moins à 3m. L’ultimate est un sport sans contact !**

En cas de contact, le frisbee reste en possession de l’équipe attaquante.

**Changement de possession du disque :**

|  |  |
| --- | --- |
| **L’équipe qui défend prend possession du disque si :** | **Lieu de la remise en jeu :** Dans tout les cas, dans l’aire de jeu et les défenseurs sont à 3m |
| le disque **touche le sol** | Remise en jeu au point de chute |
| un défenseur **intercepte** le frisbee | Remise en jeu au point de chute |
| un défenseur **touche** le frisbee et celui-ci tombe. (« Toucher le frisbee » permet de le gagner même s’il va au sol) | Remise en jeu au point de chute |
| le disque est **attrapé hors des limites** de l’aire de jeu | Remise en jeu à l’endroit de la sortie |
| Le disque **tombe en dehors** de l’aire de jeu (touche ou en-but) | Remise en jeu à l’endroit de la sortie |
| Le possesseur **se déplace ou conserve** le disque plus de 10 secondes | Remise en jeu à l’endroit de la faute |

**Durée du match :**

2 mi-temps de 5 à 8 minutes

**Remplacement des joueurs :**

L’activité intense de ce jeu impose des remplacements fréquents de joueurs qui s’effectuent dès qu’ils le souhaitent.

**Barème :** Equipe gagnante : 6 points

Match nul : 4 points

Match perdu : 2 points

***1 point de bonus sera attribué à toute équipe dont le score atteindra 5 points à la fin d’une rencontre.***

**«Rôle et Mission du « Responsable du Jeu »**

**Il est le gardien du temps et de « l’esprit du jeu »**

* Responsable du chronomètre, il annonce la mi-temps et la fin de la partie.
* En cas de litige ou de contestation durable (+ de 15 à 20 secondes) entre les joueurs, il intervient pour que le jeu puisse reprendre :
  + - Prend une décision concernant la faute
    - Indique le possesseur du disque
    - Indique le lieu de la remise en jeu
* Complète la fiche d’évaluation du déroulement du jeu

|  |  |
| --- | --- |
| **Evaluation du déroulement du jeu** | |
| Nombre d’interventions du responsable en faveur de l’équipe A | Nombre d’interventions du responsable en faveur de l’équipe B |
|  |  |

**Barème :**

* Si aucune intervention n’est nécessaire : + 3 points « d’esprit sportif » à chaque équipe.
* Si intervention :
  + - 2 points pour l’équipe qui a obtenu le plus d’intervention en sa faveur
    - 0 point pour l’autre équipe

**Exemple :** Au cours du jeu, le responsable doit intervenir 8 fois pour régler des litiges ; La possession du disque a été attribuée 6 fois à l’équipe A et 2 fois à l’équipe B ; en conséquence : + 2 points pour A et zéro point pour B

ESPRIT SPORTIF

# COMPORTEMENTS A OBSERVER

## RESPECT DES PARTENAIRES

1. Jouer avec tous ses équipiers **1 Point**
2. Accepter d’être remplaçant
3. Ne pas utiliser des gestes ou des paroles incorrectes

#### RESPECT DES ADVERSAIRES

1. Jouer ensemble **1 Point**
2. Ne pas être brutal
3. Ne pas utiliser des gestes ou paroles incorrects

### RESPECT DE L’ARBITRE

1. Connaître les règles du jeu **1 Point**
2. Accepter les décisions de l’arbitre
3. Ne pas chercher à tricher

**Ultimate FICHE D’OBSERVATION USEP**

J’observe l’activité du joueur (euse) ……………. De l’équipe ………………

Note les points marqués par l’équipe 1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10

* Habileté motrice/ Occupation des espaces libres  du joueur :

Utilise des croix pour renseigner les cases :

**Bonnes réceptions**

**Mauvaises réceptions**

**Lancers longs (disque qui vole)**

**Lancers courts**

* Intention / stratégie de jeu du lanceur :

Utilise des croix pour renseigner les cases :

* Occupation de l’espace de jeu au cours de la partie.

En-but En-but

- Colorie l’en-but que doit atteindre l’équipe que tu observes.

- Place une croix dans la zone où se trouve le joueur observé lorsqu’il réceptionne le frisbee.

**Ultimate Fiche d’auto-évaluation USEP**

Nom : ………………………… Prénom :………………………..

J’ai marqué ………….points.

J’ai lancé ………..fois le disque à un partenaire situé dans l’en-but.

J’ai rencontré des difficultés au niveau de :

* La compréhension des règles de l’ultimate.
* Mon engagement dans le jeu

(je n’ai jamais été en possession du disque)

* La manipulation du frisbee

Difficultés à lancer

Difficultés à réceptionner l’engin.

Compétences Ultimate - 3 niveaux – Perpignan 1 – 2 - 3

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Niveau 1 : capacités et connaissances** | | |
| **Je suis capable de…** Lanceur Réceptionneur - Défenseur - Connaitre l’activité | **Validation par l’élève** | **Validation par l’enseignant** |
| *Lancer le disque pour le faire voler (loin et longtemps (revers)).* |  |  |
| *Me déplacer en fonction de la trajectoire du disque pour tenter de l’attraper.* |  |  |
| *Attraper le disque avec mes 2 mains dans une « situation simple ».* |  |  |
| *Gêner le lanceur sans le toucher.* |  |  |
| *Me déplacer vers un disque qui vole pour le toucher.* |  |  |
| *Décrire les critères de marque et savoir accorder un point à une équipe*  *(1 joueur qui attrape le disque dans l’embut adverse)* |  |  |
| *Connaitre les limites et les divers espaces de l’aire de jeux* |  |  |
| *Ne pas me déplacer avec le disque en main /repérer un joueur qui se déplace avec le disque en main et demander la faute.* |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Niveau 2 : capacités et connaissances** | | |
| **Je suis capable de…** Lanceur Réceptionneur - Défenseur - Connaitre l’activité | **Validation par l’élève** | **Validation par l’enseignant** |
| *Repérer un partenaire dans l’embut et lancer le disque « précisément » afin qu’il puisse l’attraper.* |  |  |
| *Choisir de lancer vers un* ***partenaire/espace libre*** *(proche ou éloigné).* |  |  |
| *Me* ***déplacer et attraper*** *le disque dans un espace proche.* |  |  |
| *Me positionner dans des* ***espaces libres*** *(sans adversaires proches).* |  |  |
| *Gêner le lanceur en respectant la distance règlementaire* |  |  |
| ***Me déplacer******et toucher*** *ou intercepter un disque qui vole* |  |  |
| *Connaitre les 3 règles : quand le disque change-t-il d’équipe ?* |  |  |
| *Les appliquer pendant le jeu. Se justifier auprès des autres si nécessaire.* |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Niveau 3 : capacités et connaissances** | | |
| **Je suis capable de…** Lanceur Réceptionneur - Défenseur - Connaitre l’activité | **Validation par l’élève** | **Validation par l’enseignant** |
| *Si je suis* ***loin du but****,* ***repérer*** *et* ***choisir*** *de lancer à un partenaire libre pour se rapprocher de l’embut.* |  |  |
| *Si je suis* ***près du but****, choisir de lancer* ***en fonction de la position*** *des adversaires à un partenaire* ***libre*** *dans l’embut ou pour conserver disque.* |  |  |
| ***Courir pour attraper*** *un disque* ***en anticipant*** *et suivant (en lisant) sa trajectoire ;* ***attraper en courant.*** |  |  |
| *Me positionner dans des* ***espaces libres*** *qui permettent à mon équipe de* ***faire avancer*** *le disque vers le but (ou le conserver).* |  |  |
| *Me positionner pour* ***protéger mon but****, sur des trajectoires possibles et* ***intercepter****.* |  |  |
| *Gêner ou/et me positionner pour intercepter le disque en fonction de mes partenaires et des adversaires.* |  |  |
| *Connaitre et appliquer toutes les règles (niv 1 + 2 +) + Procédures d’engagement. Expliquer et justifier si nécessaires*  *Repérer et Reconnaitre mes fautes et Respecter les autres.* |  |  |

UNITE D’APPRENTISSAGE « ULTIMATE »

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **CYCLE 3** | **DOMAINE** | **EDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE** |
| **COMPETENCE SPECIFIQUE** | | Coopérer ou s’opposer individuellement et collectivement |
| **ACTIVITE SUPPORT** | | **ULTIMATE** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Situations globales Pour entrer dans l’activité | Situation de référencePour savoir où on en est | Situations d’apprentissage Pour apprendre et progresser | Situation de référencePour mesurer les progrès, pour évaluer |
| - face à face  - le frisbee brûlant  - le carré magique  - l’horloge  - la rivière  - le frisbee-cône | **Evaluer le**  **"savoir déjà là"** Le match | **Construire les apprentissages**   * **S1 : les déménageurs** * **S2 : la rivière** * **S3 : Frisbee aux capitaines** * **S4 : la distance** * **S5 : Frisbee golf** * **S6 : discopoint (situations 1 et 2)** * **S7 : les capitaines** * **S8 : les passeurs** * **S9 : les spécialistes** * **S10 : Frisbee aux capitaines (2)** | **Evaluer les effets de l'apprentissage** Le match |
| *Evaluation diagnostique* | | Evaluation formative | *Evaluation sommative* |

Situations globales

Le frisbee brûlant

Dispositif : plusieurs équipes en parallèle.

Organisation :chaque joueur est disposé dans un cerceau. Les joueurs tentent de faire circuler un frisbee sur la longueur de leur parcours. Si l’engin n’est pas réceptionné par un joueur, le lanceur recommence.

L’équipe terminant la première a gagné.

Variables : - le jeu se termine quand 5 frisbees sont parvenus dans la zone d’arrivée.

- à un moment précis, le jeu s’arrête (5-4-3-2-1). Si un frisbee se trouve en dehors des zones de départ ou d’arrivée, l’équipe peut se faire éliminer.

Face à face

Consigne : « Eloignez-vous les uns des autres et essayez de faire voler le frisbee le plus longtemps possible. »

Les élèves sont face à face, éloignés d’une quinzaine de mètres. Le lanceur envoie son Frisbee sans consigne technique. Il doit trouver une solution efficace pour faire voler le disque.

Le receveur va chercher le disque tombé au sol et le lance à son tour.

Variable : réduire la distance pour que le receveur essaie de trouver la meilleure solution pour réceptionner le frisbee.

L’horloge

Dispositif – Organisation : deux équipes. Une est disposée en CERCLE sur le terrain et tente de se faire des passes sans faire chuter le frisbee. (=1 pt par tour réussi).

Chaque joueur de l’équipe adverse doit, en relais avec un frisbee faire le tour du terrain. Le joueur en déplacement doit reprendre son frisbee à l’endroit de la chute de celui-ci pour continuer son tour.

Le jeu s’arrête quand le dernier joueur a terminé son parcours.

Changer les rôles et compter le nombre de passe réussies pour chaque équipe, celle ayant le plus de points a gagné.

**X**

**X**

**0 X**

1. **X**

**0**

**0 X**

1. **X**

**0**

Le carré magique

Dispositif - Organisation : quatre (ou six) enfants sont disposés en carré (ou en cercle), chacun dans leur cerceau respectif.

But : faire circuler le frisbee sur un maximum de tour sans le laisser tomber.

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

On peut faire plusieurs carrés de jeu, en même temps.

Le groupe qui réussit le plus grand nombre de tous a gagné.

La rivière

Dispositif – Organisation : plusieurs joueurs en parallèle.

Les enfants sont par trois (deux partenaires, un adversaire). L’adversaire est dans la rivière et tente d’intercepter le frisbee que s’envoient les deux joueurs.

Un point est attribué à chaque passe réussie et à chaque interception.. Un point de pénalité est attribué à chaque fois que le frisbee tombe hors des limites du terrain.

Le jeu se déroule en un temps déterminé, puis on inverse les rôles.

Variable : deux équipes jouent en parallèle et envoient un joueur dans celle adverse.

X

0

1 2 3 4 5

0

X

0

X

X

0

Le frisbee-cône

Les joueurs tentent de marquer le plus de points possible en ajustant leurs tirs en fonction des points marqués dans la zone de jeu.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Cycle 3** | DOMAINE | EDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE |
| COMPETENCE SPECIFIQUE | | *Coopérer et s’opposer individuellement ou collectivement* |
| **ACTIVITE SUPPORT / NOM DU JEU** | | ULTIMATE LES DEMENAGEURS Jeu rencontre |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| OBJECTIF | S’organiser collectivement pour transporter les frisbees. | |
| **DISPOSITIF** | **Lieu :** cour, salle de sport, terrain extérieur de sport  **Dimensions du terrain : 40m x 20 m**  **Matériel (pour chaque équipe) :** 5 disques volants.  **Organisation de l’atelier :** équipes de six joueurs (les équipes s’affrontent deux à deux).  Les équipes ne jouant pas, sont chargées de ramasser et ramener les frisbee tombés à la réserve de départ.  **Durée du jeu :** L’équipe signale la fin de la partie dès que tous les disques sont parvenus dans la zone d’en-but ou que le temps imparti est fini (5mn)  (5 minutes maximum). | Schéma de l’atelier Zone d’en-but : 6 mLignedépart             Réserve  à frisbee  40 mètres |
| **BUT** | Amener les 5 disques jusqu’à la zone d’en-but. | |
| CONSIGNES | Au début, tous les joueurs se trouvent sur la ligne de départ. Les joueurs ne peuvent pas se déplacer avec le disque.  Au signal, il s’agit de déplacer les disques en se faisant des passes. Attention, dès qu’un disque touche le sol, il est récupéré par les ramasseurs et ramené dans la caisse (la réserve) de départ ”.  L’organisation de l’équipe est libre : par deux, par trois. **Eviter La chaîne de tous les joueurs de l’équipe sur une ligne pour permettre l’allongement des passes** | |
| **CRITERES DE REUSSITE** | A la fin du jeu, l’équipe qui a réussi à déplacer les 5 disques remporte la partie. | |
| **VARIABLES** | * Inciter les élèves à effectuer des lancers de plus en plus longs. * Introduire 1 puis 2 défenseurs qui vont tenter d’intercepter les frisbees | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Cycle 3** | DOMAINE | EDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE |
| COMPETENCE SPECIFIQUE | | *Coopérer et s’opposer individuellement ou collectivement* |
| **ACTIVITE SUPPORT / NOM du JEU** | | ULTIMATE LA RIVIERE Jeu rencontre |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| OBJECTIF | S’organiser collectivement pour transporter les frisbees. | |
| **DISPOSITIF** | **Lieu :** cour, salle de sport, terrain extérieur de sport  **Dimensions du terrain : 40m x 20 m**  **Matériel (pour chaque équipe) :** 5 disques volants.  **Organisation de l’atelier :** équipes de six joueurs (les équipes s’affrontent deux à deux).  Une troisième équipe se situe dans la rivière pour tenter d’intercepter le disque.  Une quatrième équipe est chargée de ramasser et ramener les frisbees tombés, à la réserve de départ.  **Durée du jeu :** L’équipe signale la fin de la partie dès que tous les disques sont parvenus dans la zone d’en-but. (5 minutes maximum). | Rivière En-but    Equipe 1      Equipe 2 |
| **BUT** | Amener les 5 disques jusqu’à la zone d’en-but. | |
| CONSIGNES | Au début, tous les joueurs attaquants se trouvent sur la ligne de départ. Les joueurs ne peuvent pas se déplacer avec le disque.  Au signal, il s’agit de déplacer les disques en se faisant des passes pour atteindre l’en-but. Attention, dès qu’un disque touche le sol ou est intercepté, il est récupéré par les ramasseurs et ramené dans la caisse (la réserve) de départ ”. Organisation libre des attaquants.(ils peuvent notamment entrer dans la rivière !)  Les défenseurs n’ont pas le droit de sortir de la rivière et tentent d’intercepter tous les disques qui passent. | |
| **CRITERES DE REUSSITE** | A la fin du jeu, l’équipe qui a réussi à déplacer les 5 disques remporte la partie. | |
| VARIABLES | * Réduire ou augmenter la largeur de la rivière pour complexifier ou faciliter la tâche des défenseurs. * Varier le nombre de défenseurs | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Cycle 3** | DOMAINE | EDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE |
| COMPETENCE SPECIFIQUE | | *Coopérer et s’opposer individuellement ou collectivement* |
| ACTIVITE SUPPORT / NOM du JEU | | ULTIMATE FRISBEE AU CAPITAINE Jeu rencontre |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| OBJECTIF | S’organiser collectivement pour lancer les frisbees aux capitaines de l’équipe. | |
| Capitaine 0  Capitaine X  X 0  X 0  0 0 X X 0 X  **DISPOSITIF** | **Lieu :** cour, salle de sport, terrain extérieur de sport  **Dimensions du terrain : 20m x 15m ou 15m x 10m**  **Matériel (pour chaque équipe) :** 1 disque volant par atelier.  **Organisation de l’atelier :** équipes de six joueurs (les équipes s’affrontent deux à deux).  Chaque équipe est constituée de 5 joueurs et 1 capitaine  Le capitaine de chaque équipe se situe à l’extérieur et ne peut entrer sur le terrain (cotés opposés); les joueurs se trouve dans l’aire de jeu.  **Durée du jeu :** 5 minutes maximum | Schéma de l’atelier |
| **BUT** | Lancer le disque au capitaine de son équipe situé à l’extérieur du terrain. Si le capitaine attrape le disque, l’équipe marque 1 point. | |
| CONSIGNES | Au départ, un joueur possesseur du disque se trouve au centre du terrain ; Il tente de transmettre le frisbee à ses partenaires.  Les adversaires tentent de récupérer le frisbee et, à leur tour, le transmettre au capitaine.  Les joueurs peuvent occuper toute l’aire de jeu mais ne peuvent pas se déplacer avec le disque (Règles de l’ultimate).  Si le disque tombe dans le terrain ou est touché par un défenseur : Changement de possession au point de chute.  Si le disque sort des limites ou si un point est marqué : Remise en jeu au centre du terrain. | |
| **CRITERES DE REUSSITE** | A la fin du jeu, l’équipe qui a réussi à marquer le plus de points remporte la partie. | |
| **VARIABLES** | * Réduire ou augmenter l’espace de jeu pour complexifier ou faciliter la tâche des défenseurs. * Augmenter le nombre de capitaines dans chaque équipe. * Limiter la zone de jeu des capitaines. | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Cycle 3** | DOMAINE | EDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE |
| COMPETENCE SPECIFIQUE | | *Coopérer et s’opposer individuellement ou collectivement* |
| **ACTIVITE SUPPORT / NOM du JEU** | | ULTIMATE PRECISION : LA DISTANCE |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| OBJECTIFS | * Perfectionner son lancer de manière à ce qu’il soit effectué le plus loin possible. * Perfectionner son lancer de manière à ce qu’il soit le plus précis possible. | |
| 4 pts  3 pts  2 pts  1 pt  0 pt  AIRE DE LANCER  **DISPOSITIF** | **Lieu :** cour, terrain de sport  **Dimensions du terrain : 40 m x 15 m**  **Matériel :**1 caisse (réserve de frisbees), ruban ou corde ou craie pour délimiter les zones.  **Organisation de l’atelier :** équipes de 6 joueurs.  Une équipe lance pendant qu’une autre observe et qu’une troisième ramasse les frisbees.  **Durée du jeu**: 3 minutes**.** | Schéma de l’atelier 15m    15m 5m 5m 5m 5m |
| **BUT** | Marquer le plus de points possible. | |
| CONSIGNES | « L’objectif est de lancer le frisbee dans les zones placées devant vous. Un nombre de points est attribué à chaque zone. Ainsi, la zone la plus proche de la zone de lancer vaut 0 point, mais la zone la plus éloignée en vaut 4. Chaque joueur a la possibilité d’effectuer trois lancers. On ne comptabilise que le meilleur lancer. » | |
| **CRITERES DE REUSSITE** | - combinaison des deux critères : longueur et précision. | |
| VARIABLES | * Augmenter ou réduire la profondeur des zones. * Augmenter ou réduire la largeur des zones. * Imposer le type de lancer (revers ou coup droit). | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Cycle 3** | DOMAINE | EDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE |
| COMPETENCE SPECIFIQUE | | *Réaliser une performance mesurée* |
| **ACTIVITE SUPPORT / NOM du JEU** | | ULTIMATE Le Frisbeegolf |

DISPOSITF

**Lieu :** terrain de sport extérieur. Espace de loisir. Départ

**Dimensions de l’espace : au minimum 100m x 50 m**

**Matériel  :** 1 disque volant pour 2 élèves

Quelques plots pour délimiter le parcours.

**Organisation de la classe :** Les élèves sont par couples :

L’un réalise le parcours en lançant le disque ;

L’autre comptabilise le nombre de coups et vérifie le respect de l’itinéraire.

5 ou 6 couples peuvent démarrer simultanément sur le parcours (disques aux couleurs différentes)



Zone de chute interdite

|  |  |
| --- | --- |
| OBJECTIF | S’organiser individuellement pour déplacer le frisbee. |
| BUT | Parcours à réaliser en lancer successifs ; Effectuer le moins de coups (lancers) possible |
| CONSIGNES | Le joueur lance le disque en direction du 1ier point de passage puis ramasse et relance du point de chute et ainsi de suite.  Les joueurs ne peuvent pas se déplacer en portant le disque.  Attention si le disque tombe dans la zone interdite, il faut recommencer le lancer !  L’observateur note chaque coup et veille au respect du parcours. |
| **CRITERES DE REUSSITE** | Seul le nombre de coup est important (le plus faible possible).  La vitesse ne doit pas rentrer en compte. |
| VARIABLES | * Réduire ou augmenter la longueur et les difficultés du parcours. * Introduire éventuellement un ou des défenseurs qui pourraient gêner la progression |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Cycle 3** | DOMAINE | EDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE |
| COMPETENCE SPECIFIQUE | | *Coopérer et s’opposer individuellement ou collectivement* |
| **ACTIVITE SUPPORT / NOM du JEU** | | ULTIMATE LE DISCOPOINT (situation 1) Jeu rencontre |

|  |  |
| --- | --- |
| OBJECTIF **Lieu :** salle de sport, cour, terrain extérieur  **Dimensions du terrain :** 40 m x 20 m  **Matériel (pour 1 atelier) :** 3 à 5 disques volants (1 pour chaque lanceur)  **Organisation de l’atelier :** 3 ou 4 lanceurs + 2 réceptionneurs  (le lanceur devient réceptionneur …)  **Durée du jeu :** 5 à 6 minutes  5 m  5 m  5 m  Lanceurs  Zone à 2 pts Zone à 4 pts | - Améliorer la relation « lanceur-réceptionneur ». |
| **BUT** | Lancer le disque à un des partenaires réceptionneurs pour marquer des points (2 ou 4 points selon la zone de réception). |
| CONSIGNES | Au départ, 3 lanceurs (1 disque chacun) se trouvent en file indienne dans la zone de lancer.  Les réceptionneurs se positionnent et se déplacent librement dans les zones de réception.  A tour de rôle, les possesseurs de disque tentent un lancer vers les réceptionneurs : Si le disque est attrapé, l’équipe marque des points (selon la zone). Le lanceur devient réceptionneur et inversement le réceptionneur devient lanceur (à la queue).  Maximum de passages pendant la durée du jeu pour marquer le plus possible.  Si le disque tombe ,pas de point et l’un des réceptionneurs devient lanceur. |
| **CRITERES DE REUSSITE** | A la fin du jeu, comptabiliser et comparer les points marqués.  Comparer nombre de lancer et nombre de réussites. |
| **VARIABLES** | Reculer la zone de lancer pour inciter les élèves à effectuer des lancers de plus en plus long. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Cycle 3** | DOMAINE | EDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE |
| COMPETENCE SPECIFIQUE | | *Coopérer et s’opposer individuellement ou collectivement* |
| **ACTIVITE SUPPORT / NOM du JEU** | | ULTIMATE LE DISCOPOINT (situation 2) |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| OBJECTIF | Améliorer la relation « lanceur-réceptionneur ». | |
| **DISPOSITIF** | **Lieu :** cour, salle de sport, terrain extérieur de sport  **Dimensions du terrain : 40m x 20 m**  **Matériel (pour un atelier) :** 5 disques volants (1 pour chaque lanceur) - (2 ateliers pour une classe)  **Organisation de l’atelier :** 1 groupe de cinq lanceurs + 1 groupe de cinq réceptionneurs + 2 défenseurs .  **Durée du jeu :**  4 à 5 passages pour chaque lanceur | Schéma de l’atelier 5 m 3 m 20 m 5 mZone de lancer **Zone Zone**  De de    Réception Réception  **2 pts 4 pts** |
| **BUT** | Lancer le disque à un des partenaires réceptionneurs pour marquer des points (2 ou 4 points selon la zone de réception). | |
| CONSIGNES | Au départ, tous les lanceurs (1 disque chacun) se trouvent en file indienne dans la zone de lancer.  Les réceptionneurs et les défenseurs se positionnent et se déplacent librement dans les zones de réception.  A tour de rôle, les possesseurs de disque tentent un lancer vers un des réceptionneur : Si le disque est attrapé, le lanceur marque des points (selon la zone). Il récupère rapidement son frisbee et retourne à la queue.  4 ou 5 passages par lanceur  Si un défenseur, touche ou intercepte le disque, le lanceur ne marque pas de point. | |
| **CRITERES DE REUSSITE** | A la fin du jeu, comptabiliser et comparer les points marqués.  Compter le nombre de disques touchés ou interceptés par les défenseurs. | |
| **VARIABLES** | * Reculer la zone de lancer pour inciter les élèves à effectuer des lancers de plus en plus long. * Introduire 1 puis 2 défenseurs supplémentaires qui vont tenter d’intercepter les frisbee. | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Cycle 3** | DOMAINE | EDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE |
| COMPETENCE SPECIFIQUE | | *Coopérer et s’opposer individuellement ou collectivement* |
| **ACTIVITE SUPPORT / NOM du JEU** | | ULTIMATE LES CAPITAINES Jeu rencontre |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| OBJECTIF | S’organiser collectivement pour lancer les frisbee aux capitaines de l’équipe. | |
| **DISPOSITIF** | **Lieu :** cour, salle de sport, terrain extérieur de sport  **Dimensions du terrain : 10m x 10m ou 15m x 15m**  **Matériel (pour chaque équipe) :** 1 disque volant par atelier.  **Organisation de la classe :** 4 équipes de cinq joueurs (les équipes s’affrontent deux à deux) sur des ateliers juxtaposés.  Chaque équipe est constituée de 3 joueurs et 2 capitaines.  Les capitaines des 2 équipes se situent à l’extérieur et ne peuvent rentrer sur le terrain (2 cotés opposés); les joueurs se trouve dans l’aire de jeu.  **Durée du jeu :** 5 minutes maximum | Schéma d’un atelier |
| **BUT** | Lancer le disque à l’un des 2 capitaines de son équipe situés à l’extérieur du terrain. Si le capitaine attrape le disque, l’équipe marque 1 point. | |
| CONSIGNES | Au départ, un joueur possesseur du disque se trouve au centre du terrain ; Il tente de transmettre le frisbee à ses partenaires.  Les adversaires tentent de récupérer le frisbee et, à leur tour, le transmettre au capitaine.  Les joueurs peuvent occuper toute l’aire de jeu mais ne peuvent pas se déplacer avec le disque (Règles de l’ultimate).  Si le disque tombe dans le terrain ou est touché par un défenseur : Changement de possession au point de chute.  Si le disque sort des limites ou si un point est marqué : Remise en jeu au centre du terrain. | |
| **CRITERES DE REUSSITE** | A la fin du jeu, l’équipe qui a réussi à marquer le plus de points remporte la partie. | |
| **VARIABLES** | * Réduire ou augmenter l’espace de jeu pour complexifier ou faciliter la tâche des défenseurs. * Diminuer ou augmenter le nombre de capitaines dans chaque équipe. * Limiter la zone de jeu des capitaines. | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Cycle 3** | DOMAINE | EDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE | |
| COMPETENCE SPECIFIQUE | | *Coopérer et s’opposer individuellement ou collectivement* | |
| **ACTIVITE SUPPORT / NOM du JEU** | | ULTIMATE LES PASSEURS | |
| OBJECTIFS | * Etre disponible pour assurer la continuité du jeu: prendre des informations sur les trajets (joueurs), sur les trajectoires (disque volant), se démarquer. * Rechercher des stratégies collectives pour perturber et/ou stopper la progression du disque volant. | | |
| **DISPOSITIF** | **Lieu :** cour, salle de motricité, terrain de sport  **Dimensions du terrain : 24 m x 10 m (au minimum).**  **Matériel :**1 caisse (réserve de frisbee), dossards de couleurs, 1 chronomètre, ruban ou corde ou craie pour délimiter les zones.  **Organisation de la classe :** 3 équipes de 8 joueurs.  Une équipe d’attaquants, une équipe de défenseurs (3 sur le terrain + 5 remplaçants)  **Durée du jeu**: 3 minutes**.** | | Schéma de l’atelier   Réserve  de Zone d’en but  frisbee |
| **BUT** | Marquer le plus de points possible. | | |
| CONSIGNES | “Les attaquants sont répartis par deux dans chaque zone (zone d’en but comprise). Ils ne peuvent pas sortir de leur zone durant la durée du jeu. Au signal, un des joueurs attaquants s’empare d’un frisbee dans la réserve et le transmet à tout autre partenaire situé sur le terrain. Les défenseurs doivent perturber voire stopper la progression du disque. Ils peuvent se déplacer sur tout le terrain mais ne doivent pas se trouver plus de deux dans une même zone.  Pour marquer un point, il faut donc que le frisbee soit transmis à un des deux attaquants situés dans la zone d’en but.  Les défenseurs peuvent effectuer des changements à tout moment. » | | |
| **CRITERES DE REUSSITE** | Evaluation quantitative à la fin du jeu. | | |
| VARIABLES | * Augmenter progressivement le nombre de défenseurs (4 puis 5 puis 6), * Autoriser la mobilité des attaquants (il est possible de retrouver trois attaquants dans une même zone), * Interdire la passe vers l’arrière. * Limiter le temps de possession de chaque frisbee joué à 30 secondes puis 20 secondes. | | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Cycle 3** | DOMAINE | EDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE |
| COMPETENCE SPECIFIQUE | | *Coopérer et s’opposer individuellement ou collectivement* |
| **ACTIVITE SUPPORT / NOM du JEU** | | ULTIMATE LES SPECIALISTES |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| OBJECTIFS | * Construire une relation réceptionneur efficiente (trajet-trajectoire). | |
| 5  3  3  2  1  1  **DISPOSITIF** | **Lieu :** cour, salle de motricité, terrain de sport  **Dimensions du terrain : 24 m x 10 m(au minimum).**  **Matériel :** 1 frisbee par équipe. Craie, cordes pour délimiter les zones.  **Organisation de la classe :** 4 équipes de 6 joueurs. Deux équipes en jeu, deux équipes en observation (chronométrage, décompte des points).  **Durée du jeu**: 3 minutespar manche. | Schéma de l’atelier   Réserve  de  frisbee |
| **BUT** | Marquer le plus de points possible. | |
| CONSIGNES | « Au signal, le premier joueur de chaque équipe se déplace dans une des zones à points. Le second joueur lui lance le frisbee. Le nombre de points marqués à chaque lancer correspond (si le frisbee est réceptionné) au numéro de zone.  Après chaque lancer, la rotation dans l’équipe est la suivante. Le réceptionneur se replace en dernière position de la file, le lanceur devient réceptionneur, le premier de file est le lanceur.  Les observateurs comptent les points marqués par chaque équipe et gèrent le temps ». | |
| **CRITERES DE REUSSITE** | Evaluation quantitative à la fin du jeu. | |
| VARIABLES | * Modifier les zones (taille, forme) et leur cotation. * Un joueur de l’équipe adverse défend sur le réceptionneur en tentant de s’emparer du disque. * Doubler les points pour une réception à une main. | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Cycle 3** | DOMAINE | EDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE |
| COMPETENCE SPECIFIQUE | | *Coopérer et s’opposer individuellement ou collectivement* |
| **ACTIVITE SUPPORT / NOM du JEU** | | ULTIMATE FRISBEE AU CAPITAINE (2) |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| OBJECTIFS | * Construire une relation réceptionneur efficiente (trajet-trajectoire). | |
| 5  3  3  2  1  1  **DISPOSITIF** | **Lieu :** cour, salle de motricité, terrain de sport  **Dimensions du terrain : 24 m x 10 m(au minimum).**  **Matériel :** 1 frisbee par équipe. Craie, cordes pour délimiter les zones.  **Organisation de la classe :** 4 équipes de 6 joueurs. Deux équipes en jeu, deux équipes en observation (chronométrage, décompte des points).  **Durée du jeu**: 3 minutespar manche. | Schéma de l’atelier   Réserve  de  frisbee |
| **BUT** | Marquer le plus de points possible. | |
| CONSIGNES | « Au signal, le premier joueur de chaque équipe se déplace dans une des zones à points. Le second joueur lui lance le frisbee. Le nombre de points marqués à chaque lancer correspond (si le frisbee est réceptionné) au numéro de zone.  Après chaque lancer, la rotation dans l’équipe est la suivante. Le réceptionneur se replace en dernière position de la file, le lanceur devient réceptionneur, le premier de file est le lanceur.  Les observateurs comptent les points marqués par chaque équipe et gèrent le temps ». | |
| **CRITERES DE REUSSITE** | Evaluation quantitative à la fin du jeu. | |
| VARIABLES | * Modifier les zones (taille, forme) et leur cotation. * Un joueur de l’équipe adverse défend sur le réceptionneur en tentant de s’emparer du disque. * Doubler les points pour une réception à une main. | |