

# Attrape ça si tu peux!

*Activité*

**Ressource:** RécréAgir

**Cycle(s):** Intermédiaire Supérieur

**Catégorie de jeux ACpJ:** Jeux de zone

**Lieux:** Gymnase, salle polyvalente, espace extérieur (p. ex., champ, terrain asphalté)

## Éléments communs à ces jeux et sports

Les jeux de zone sont des activités dans lesquelles les joueurs doivent garder le contrôle d'un objet et le déplacer en position pour marquer des points tout en empêchant leurs adversaires d'en prendre possession. Les joueurs offensifs et défensifs jouent dans la même aire de jeu et essaient d'empêcher leurs adversaires de marquer des points. En s'adonnant à ces jeux, les participants peuvent acquérir les principales habiletés et tactiques nécessaires pour jouer à d'autres jeux de cette catégorie ou à des jeux qui requièrent la mise en application d'habiletés, de concepts et de stratégies semblables (p. ex., soccer, handball, disque d'équipe, football, basketball, hockey, goalball, basketball en fauteuil roulant, crosse).

## Survol de l'activité

Les participants apprennent et s'entraînent à travailler en groupe pour envoyer et recevoir un objet tout en évitant qu'un adversaire intercepte une passe.

# Habiletés motrices, concepts du mouvement et habiletés tactiques

Tout au long de l'activité, soulignez les habiletés, les concepts et les tactiques nécessaires pour aider les participants à travailler en groupe pour envoyer et recevoir un objet tout en évitant qu'un adversaire intercepte une passe. Cette liste n'est pas exhaustive et d'autres occasions d'apprentissage peuvent se présenter au cours de l'activité.

## Habiletés motrices et concepts liés au mouvement

Conscience du corps : savoir se positionner lors de la réception ou de l'envoi d'un objet et connaître les mouvements du corps lors de l'envoi ou la réception d'un objet contre un groupe adverse (p. ex., les participants du groupe offensif qui n'ont pas l'objet tentent de se placer dans un espace libre pour recevoir une passe; les participants du groupe défensif se placent entre deux joueurs offensifs pour empêcher une passe).

## Habiletés tactiques

- Mettre en application les habiletés appropriées pour réussir à contrôler un objet et à l'envoyer à un autre participant ou à le recevoir en jouant contre un groupe adverse (p. ex., lors du jeu offensif, faire des mouvements rapides pour empêcher les adversaires d'intercepter les passes; lors du jeu défensif, surveiller les adversaires et bloquer toutes les trajectoires possibles pour empêcher l'autre groupe de réussir leurs passes).
- Comprendre, établir et mettre en pratique des tactiques pour réussir dans ce type de jeu (p. ex., se déplacer dans un espace libre et recevoir l'objet pour en garder possession en attaque ou couvrir les participants libres et se déplacer rapidement vers l'objet ou l'espace lors du jeu défensif pour empêcher une passe).

## Éléments à prendre en compte

- Intégrez certaines (ou l'ensemble) des variantes énumérées dans la section «Variantes» lors de la planification de l'activité. Ainsi, il sera possible de mieux satisfaire aux besoins et aux champs d'intérêt des participants issus de divers milieux et possédant diverses identités lors du jeu tout en maximisant le plaisir, l'inclusion, la participation et les chances de réussite de tous.

- Accordez une plus grande place aux perspectives et aux choix des participants et interrompez l'activité périodiquement pour leur présenter les variantes. Demandez-leur de choisir de quelle façon il serait préférable de modifier l'activité afin de maximiser le plaisir, l'inclusion et la participation de tous. Encouragez les participants à ajouter d'autres variantes de leur choix.

## Matériel

- 1 ensemble de dossards par aire d'activité
- 1 objet à envoyer par aire d'activité (p. ex., ballons de dimensions et textures variées, poulets en caoutchouc, disques volants, sacs de fèves)
- 4 cônes par aire d'activité

## Sécurité

- Inspectez l'aire d'activité et le matériel pour retirer tout ce qui peut poser un risque de blessures.
- Vérifiez que la surface de jeu offre une traction suffisante.
- Établissez les limites de l'aire de jeu à une distance sécuritaire des murs et des obstacles et montrez-les aux participants.
- Passez en revue les consignes de sécurité et les règles pour l'activité avec les participants.
- Demandez aux participants d'avoir conscience de leur entourage lors du jeu, y compris de l'endroit où se trouvent les autres personnes.

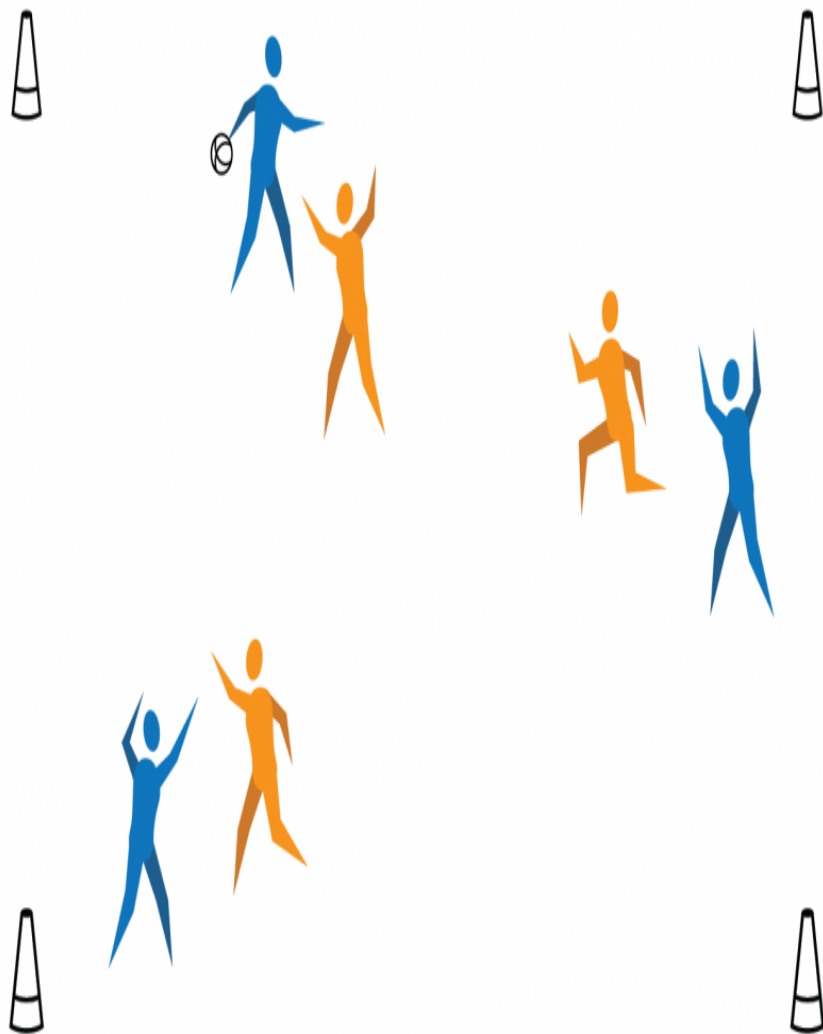
## Consignes pour le jeu

- Divisez les participants en groupes égaux d'au moins trois (3) participants.
- Deux groupes s'installent dans une aire d'activité en utilisant quatre (4) cônes pour marquer les coins.
- Un groupe dans chaque aire d'activité porte des dossards.
- Les groupes choisissent un objet à envoyer (p. ex., ballon, poulet en caoutchouc, disque volant, sac de fèves). Les groupes peuvent changer leur objet et la façon de l'envoyer après un temps prédéterminé.
- Un groupe a la possession de l'objet pour commencer. Les membres du groupe essaient de maintenir la possession en s'envoyant et en recevant l'objet (p. ex., en le lançant ou en le frappant du pied tout en

veillant à ce qu'il reste au sol).

- Le groupe opposé essaie d'intercepter les passes.
- Les participants ne peuvent pas se déplacer lorsqu'ils sont en possession de l'objet.
- Un point est attribué si le groupe en possession de l'objet réussit à effectuer cinq (5) passes consécutives.
- Lorsque le groupe opposé prend possession de l'objet, ou après que le groupe avec l'objet a réussi cinq (5) passes consécutives, c'est au tour du groupe opposé de passer l'objet.
- Les groupes tiennent compte du nombre de points qu'ils marquent.
- Après un certain temps, présentez aux participants certaines (ou l'ensemble) des variantes. Demandez-leur de déterminer comment le jeu pourrait être changé pour accroître le plaisir, la difficulté et les chances de réussite. Encouragez-les à ajouter d'autres variantes de leur choix.
- Envisagez de demander aux groupes de partager leurs idées de variantes et de choisir une autre variante à essayer avec leur groupe.

## Image☒: Représentation visuelle des consignes pour l'activité



## Pause apprentissage

Tout au long de l'activité, posez des questions ouvertes pour aider les participants à améliorer leurs habiletés motrices et à affiner leurs stratégies et leurs solutions tactiques. Voici quelques exemples☒:

- Lorsque vous essayez de passer un objet à un membre de votre groupe, comment l'envoyez-vous pour éviter qu'il ne soit intercepté par un adversaire?
- Lorsqu'un membre de votre groupe est en possession de l'objet, que faites-vous pour l'aider à réussir une passe?
- Comment pouvez-vous travailler à votre meilleur en groupe pour empêcher l'autre groupe d'intercepter l'objet et marquer un point?
- Comment communiquez-vous de façon verbale et non verbale avec votre groupe lors de l'envoi et de la réception d'une passe?
- Quels sont les jeux ou sports que vous avez pratiqués ou que vous connaissez où les règles et stratégies sont similaires à celles utilisées dans ce jeu?

## Variantes

- Commencer par lancer et attraper l'objet avant de passer au coup de pied.
- Permettre aux participants de se déplacer lorsqu'ils sont en possession de l'objet.
- Réduire le nombre de participants dans chaque groupe.
- Modifier la superficie de l'aire d'activité.
- Augmenter ou diminuer le nombre de fois que les participants passent l'objet avant de marquer un point.
- Fixer une limite de temps (p. ex., 30 secondes) avant que les participants ne doivent passer l'objet lorsqu'ils sont en attaque. Si l'objet n'est pas passé dans ce temps, le groupe perd la possession de l'objet.
- Utiliser un instrument de frappe pour envoyer l'objet (p. ex., bâton de hockey, raquette, bâton de crosse). Les participants doivent porter des lunettes de protection appropriées.