

Nom de l'activité	ULTIMATE
Cycle 2 et 3	<p>Objectifs de la séquence :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Savoir manipuler l'engin - Savoir lire la trajectoire du frisbee pour se déplacer au bon endroit pour le rattraper
Séances 5 et 6	<p>Objectif de la séance :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Réinvestissement : la thèque frisbee
<p>Matériel à prévoir :</p> <p>1 frisbee 5 plots</p>	<p>Durée : 45 minutes</p>
Situation 1 :	
<p>Objectif :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Suivre une trajectoire en adaptant son déplacement - Effectuer un maximum de tours de terrain afin d'obtenir le plus de point possible 	
<p>Mise en place :</p> <ul style="list-style-type: none"> - L'enseignant installe 5 bases (plots) en cercles espacées chacune d'environ 3 ou 4 mètres - A environ 5 mètres de la première base, se place la zone du lanceur - Les joueurs sont répartis en 2 équipes : les batteurs et les attrapeurs - L'équipe des batteurs se met en place dans sa zone et un joueur de l'équipe devient lanceur - Les attrapeurs se placent dans la zone entre les bases 	
<p>Description de la tâche:</p> <p>Le lanceur lance le frisbee le plus loin possible dans l'espace réservé aux attrapeurs. Puis il court autour des bases.</p> <p>Les attrapeurs doivent ramener le frisbee dans l'aire de lancer en passes, le plus vite possible.</p> <p>Quand le frisbee arrive dans l'aire de lancer, le lanceur s'arrête de courir. Il rejoint la dernière base passée. En cycle 3, si le lanceur est arrêté entre 2 bases, il est éliminé. Il doit donc s'arrêter devant une base avant que le frisbee n'ait rejoint la zone de lancer.</p> <p>Si le lanceur arrive à faire un tour complet, il rapporte 5 points à son équipe. A chaque fois qu'un lanceur revient à l'aire de lancer, il rapporte un point.</p> <p>Quand tout les lanceurs ont lancé une fois le frisbee, on change les rôles lanceurs/attrapeurs</p>	
<p>Variables +/- :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Au cycle 2, établir un roulement dans l'équipe des attrapeurs pour qu'il n'y en ait que 4 ou 5 à ramener le frisbee. Cela permet à tous les enfants de participer. - Si un attrapeur attrape le frisbee au vol, on change les rôles lanceurs/attrapeurs (cycle 3) - Jeu de l'ultimate adapté (cf. fiche jointe) - Jeux collectifs (cf. fiche jointe) 	

5. Seconde situation de référence (collectif)

En séance 5 par exemple : mise en place d'une situation de jeu selon les règles de l'ultimate à l'école élémentaire.

Règlement de l'Ultimate adapté pour une pratique à l'école élémentaire

Le terrain d'ultimate doit être rectangulaire avec deux zones de but également rectangulaires à chaque extrémité.

Pour une pratique en salle ou en extérieur, privilégiez plutôt un terrain de handball (40m x 20m) en créant deux zones de but équivalentes au quart de la longueur du terrain ou en prolongeant la zone des 6 m du terrain de hand.

Les règles

Le but du jeu en ultimate est de battre l'équipe adverse en marquant plus de points qu'elle. Un point est marqué lorsqu'un joueur fait une passe convenablement réceptionnée à un de ses partenaires situé dans la zone de but adverse.

- 1) Ce sport collectif peut se jouer en auto-arbitrage. Ce sont les joueurs eux-mêmes qui annoncent les fautes en criant "faute". Le jeu s'arrête alors et le litige doit se régler au plus vite. Une faute est généralement annoncée lorsqu'il y a contact entre le lanceur et le défenseur, lors d'une réception ou un comportement agressif. C'est le joueur défenseur qui compte les 8 secondes de tenu du disque de son attaquant.
 - 2) Le disque doit être déplacé uniquement par des passes ; le lanceur n'a pas le droit de marcher avec le disque.
 - 3) Il est interdit de changer de pied pivot (comme règle du basket) sinon il y a marcher.
 - 4) Le disque peut être tenu 8 secondes maximum par un joueur.
 - 5) Il est interdit de se faire une passe à soi-même.
 - 6) Le frisbee revient à l'équipe adverse quand il :
 - est intercepté par un joueur de l'équipe adverse ;
 - touche le sol avant d'être attrapé par le receveur ;
 - entre en contact avec tout terrain ou tout objet situé hors limites du terrain.
 - 7) Les joueurs peuvent se déplacer librement sur toute la surface de jeu (zone de but comprise).
 - 8) Le contact entre joueur est interdit. Il est cependant toléré dans la lutte pour le disque.
 - 9) Un seul joueur peut défendre sur le porteur du disque. Les autres joueurs doivent se situer à trois mètres au moins du porteur.
- 2) **La durée de jeu.**

À l'école élémentaire, il est préférable de jouer les matches au temps (2 périodes de 5 minutes par exemple).
- 3) **L'engagement.**

Il a lieu en début de période ou après le marquage d'un point. Chaque équipe est placée derrière une ligne de zone de but ; les joueurs étant disposés les uns à cotés des autres, le long de celle-ci. Pour engager, en début de période, l'équipe qui possède le disque l'envoie le plus loin possible vers la zone de but adverse. Pour engager, en début de période, l'équipe qui vient de marquer retourne dans sa zone de but tout en conservant le disque pour le mettre en jeu.

5. Les situations de jeux collectifs

Ces situations seront mises en place en séances d'apprentissage en plus du frisbees-brûlants, du frisbee-prisonnier.

On pourra alors adapter la passe-à-cinq (ou plus) avec le frisbee, la balle au capitaine qu'on appellera frisbee-capitaine, le jeu du frisbee « cône » ou celui du démarquage... Ces jeux seront utilisés selon les difficultés des élèves (en termes notamment de positionnement sur le terrain et de représentation spatiale VICHY1-EPS Page 7 31/10/2010) et surtout ce qu'on cherche à leur faire développer.

Mais on pourra aussi aménager la règle de l'ultimate en adaptant des contraintes d'espace de jeu interdit, de positionnements des attaquants ou des défenseurs...

Elles se feront essentiellement en séances 6 à 10.

Le jeu du frisbee « cône »



Amener l'élève à faire progresser le frisbee vers la cible en tenant compte de la défense adverse.

But : Pour l'équipe attaquante (jaune), lancer le frisbee dans la cible.

Règles : L'équipe marque 1 point si le frisbee touche la zone cible et 3 points s'il touche le plot.

Tout frisbee touché par un défenseur, tombé ou sorti, est perdu et l'équipe qui récupère devient attaquante.

Le jeu du démarquage



Amener l'élève à tenir compte de l'autre pour attaquer ou pour défendre.

But : Réaliser le plus d'échanges sans que le défenseur intercepte le frisbee.

Règles : On change de rôle si le frisbee est touché ou attrapé par le défenseur. S'il tombe au sol, il appartient au premier qui le prend.