



Sport Boules
Loire



BOUL' CYCLE

Boul'enfance: cycle sport boules scolaire

Introduction

01

La Technique

- A) la tenue de boules
- B) La position de la main

02

Le Point

- A) consignes du point
- B) conseil technique pour pointer

03

Le Tir

- A) consignes du tir
- B) conseil technique pour tirer

04

La Sécurité

- A) principe de la sécurité
- B) Matériel et organisation

05

Les séances

contenu de 6 séances



Introduction



Le sport boules se définit comme une activité de lancer d'adresse qui s'exprime dans des situations de jeux de points, de tirs et de tirs en course continue (en opposition directe ou indirecte) dont l'objectif final est la performance en précision.

Le sport boules est une activité support permettant aux élèves de construire des éléments, d'une part d'un champ d'apprentissage et d'autre part, d'une ou plusieurs compétences générales des programmes pour l'EPS.

Le champ d'apprentissage travaillé est :

« Produire une performance optimale, mesurable à une échéance donnée ».

01) La technique



A) la tenue de la boule

-Au départ de l'activité, laisser les enfants tenir et lancer la boule plusieurs fois sans aucune consigne (exemple : lancer la boule pour qu'elle s'arrête dans une zone).

-Par la suite, la boule sera tenue dans la paume de la main. Tous les doigts doivent servir au maintien (éviter de serrer la boule trop fort= crispation).

-utiliser la technique de la pince au départ: attraper la boule avec le pouce et le petit doigt puis poser les autres doigts qu'après.



B) la position de la main



La main sera positionnée par-dessus la boule (pronation) dans la mesure du possible.

Si l'enfant n'arrive pas à tenir la boule (suivant l'âge, ou main trop petite) on peut mettre la main sous la boule (supination) et ainsi jouer sous main.

Le jet de la boule sera beaucoup plus précis avec la main sur la boule (pronation), mais le joueur aura plus de force au moment du lancé avec la main sous la boule (supination).

Il faut donc voir les difficultés que rencontrent les joueurs.



Eviter les poignets cassés au moment du lancer



02) Le point

A) les consignes du point

Pointer, c'est lancer et faire rouler en direction d'une cible déterminée, une boule, à partir de la ligne de pied de jeux, pour qu'elle s'arrête dans une zone (près du but, dans une cible, reprendre le point, gêner l'adversaire...).



B) Conseils technique au point

Préparation de l'action



Appuis

- Pied d'appui pointé en direction de l'objectif fixé (si on tient la boule de la main droite, le pied d'appui est le pied droit et inversement).
- Flexion du genou dans le sens du jeu (passe devant la ligne).
- Jambes dans le prolongement du bassin, jambe arrière tendue.

Tronc

- Face au jeu, travail en flexion-extension.

Epaules

- Horizontales, « situées » sur la ligne de jeu (de lancer).

Bras, Mains

- Bras porteur relâché, boule face à l'objectif.

Tête, Regard

- Apprécier l'objectif et l'impact de la boule au sol.

L'action

Ces différentes actions se font en simultané.



Appuis

- Pied d'appui posé à plat.
- Puis jambe arrière est ramenée en avant.

Tronc

- Bascule vers l'avant en direction de l'objectif.

Bras

- Le bras lanceur s'élève en arrière, bien parallèle au corps : c'est l'armé.
- Puis le bras lanceur redescend toujours parallèle au corps.

Mains

- La rotation du poignet déclenche l'action.
- La boule est lâchée avant que le pied arrière ne repose au sol.

Tête, Regard

- Regard en direction de la donnée.

Suivi de l'action



Le point est un lancer avec une trajectoire au sol.

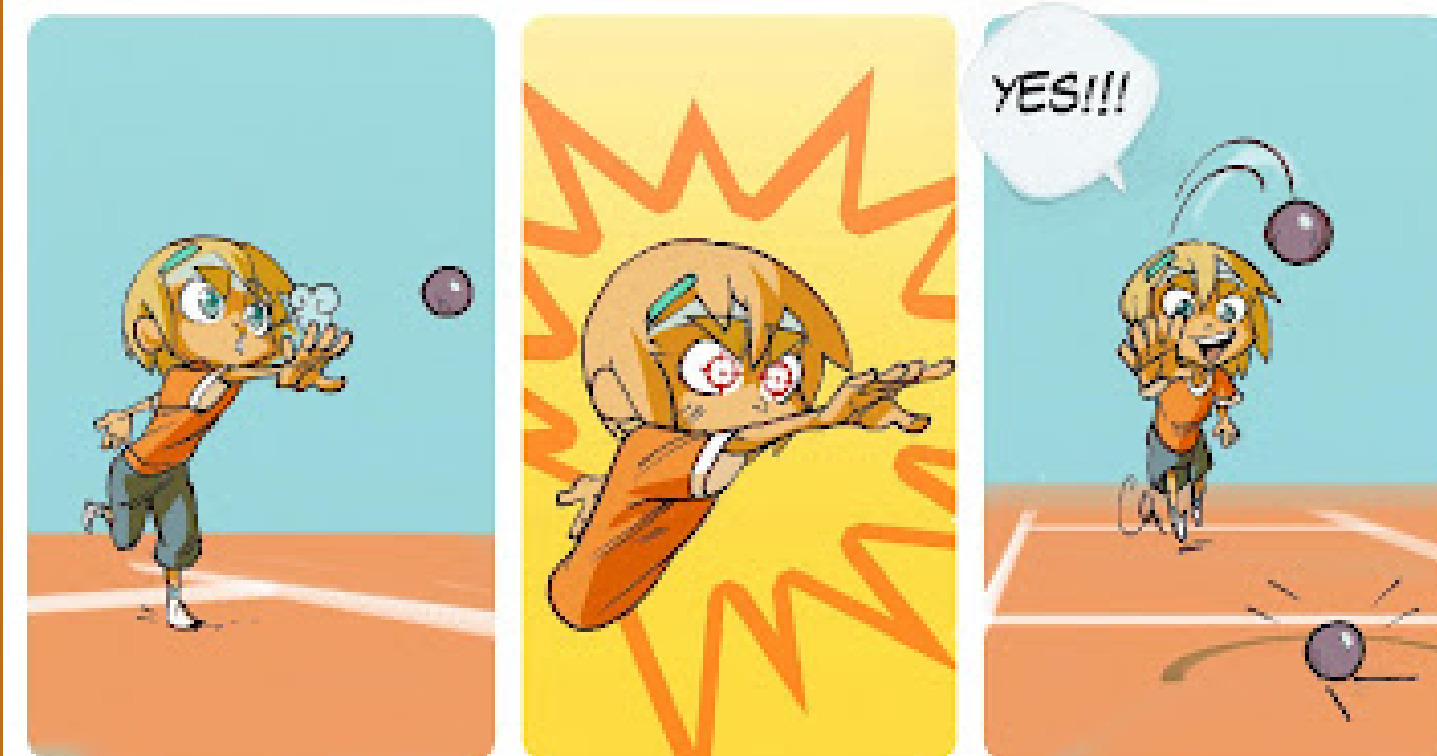
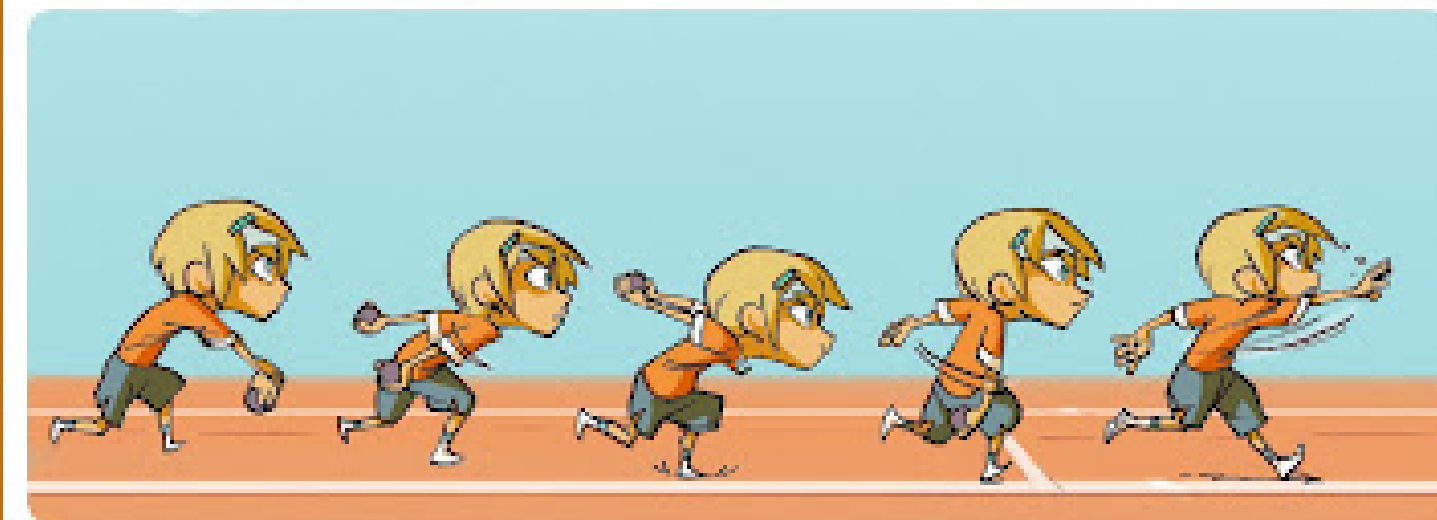
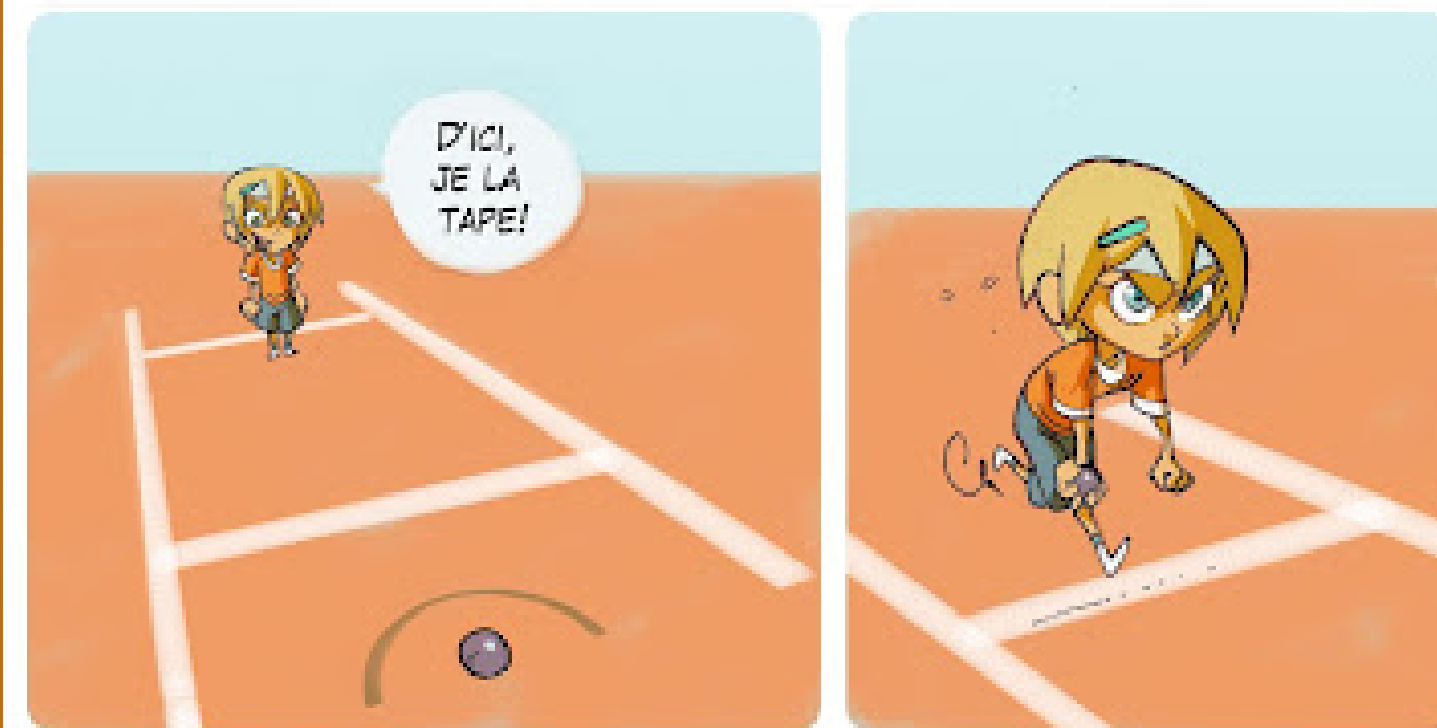
On accompagne la boule sur quelques foulées en rétablissant l'équilibre.



03) Le TIR

A) les consignes du tir

Tirer, c'est lancer dans une course d'élan, une boule, sur un objectif déterminé, selon des conditions réglementées.



B) Conseils technique au tir

Préparation de l'action



Appuis

- Jambes dans le prolongement du bassin.
- Pieds pointés en direction de l'objectif fixé (pied droit si tenue de boule main droite et inversement).

Epaules

- Horizontales.

Bras, Mains

- Bras porteur et bras annexe relâchés, boule face à l'objectif.

Tête, Regard

- Tête droite en direction de l'objectif.

L'action



Bras

- Balancier arrière du bras lanceur et équilibre par l'autre bras : c'est l'armé.
- Simultanément à la pose du dernier appui, le bras passe d'une amplitude arrière à une amplitude avant pour donner une trajectoire à la boule.
- Le lâcher se fait à la hauteur des yeux.

Tronc

- Flexion suffisante dans l'axe.

Pieds

- Pose du talon, sur le dernier appui, et poussée de la pointe.
- Pointe du pied en direction de la cible.
- Pression au sol, poussée vers l'objectif.

Regard

- Le regard est toujours fixé sur l'objectif.

Suivi de l'action

Le tir est un lancer avec une trajectoire aérienne.

On accompagne la boule sur quelques foulées en rétablissant l'équilibre (pas de blocage à la ligne).



04) La sécurité

A) Principes de la sécurité



Les activités de lancer en général, et le sport-boules en particulier, nécessitent une organisation très rigoureuse des dispositifs humains et matériels. Elles permettent d'assurer en permanence la sécurité de tous les élèves.

Sur le plan de la sécurité, des principes sont appris et mis en œuvre par les élèves. En voici quelques uns :

Règles de sécurité générale :

- Toute inactivité est génératrice de danger potentiel. Ainsi tous les élèves doivent être en activité.
- Le respect des consignes est essentiel.
- Les consignes doivent être précises.
- Il ne faut jamais arrêter une boule en mouvement avec une partie quelconque du corps autre que le dessous du pied.
- Il faut attendre l'arrêt de la boule.
- Il faut toujours observer les boules en mouvement.
- Disposer d'aire de circulation.

Règles de sécurité spécifique :

- Le premier joueur est à la ligne de lancée, les autres joueurs sont derrière en salle d'attente.
- Une boule par terrain si les terrains sont côte à côte, 2 boules si une aire de circulation à côté est organisée (dès que le premier est dans le couloir de sécurité, le deuxième peut jouer).
- Après avoir joué sa boule, le joueur ramène sa boule dans la main du suivant (sans la lui jeter).
- Quand le professeur donne des consignes, les boules sont au sol.
- Pendant le lancer, personne ne doit se trouver dans l'aire de lancer.
- Ne jamais pénétrer dans une aire de lancer.
- Au tir, tous les joueurs partent au stop de départ si les terrains sont côte à côte.
- Il est nécessaire de répartir le nombre de jeunes en groupes de 4 ou 5 personnes maximum.
- Aménagement des terrains identiques : cela facilite la gestion, la sécurité du groupe. Cet aménagement peut être modifié suivant l'expérience et les aptitudes de chacun.

B) Matériels et organisation

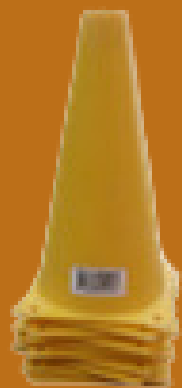


Les coupelles



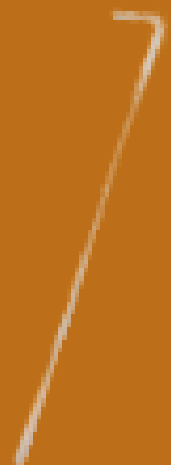
Sert à définir les lignes de lancées au point et/ou servir pour compter les points.

Les cônes



peuvent servir de cibles ou voir d'obstacles ou pour compter les points.

Le cinquante



il sert à tracer les zones cibles.



Les lattes 2m50

Elles servent à délimiter les zones cible du point et/ ou du tir.



Les lattes 4m

Elles servent à matérialiser le couloir d'élan pour le tir.



Les boules

C'est l'objet avec lequel on joue.

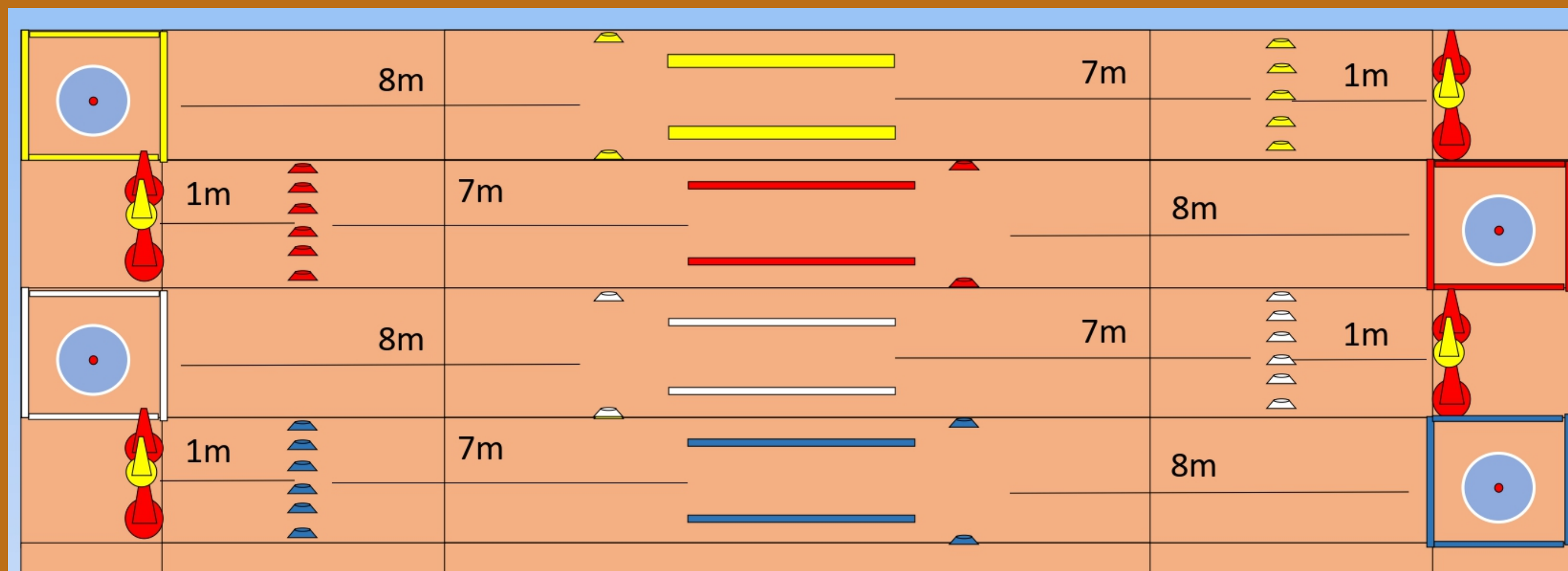


Les buts

C'est un objet cible que l'on vise pour être dans la zone ou l'on marque des points.



Organisation sur 4 terrains

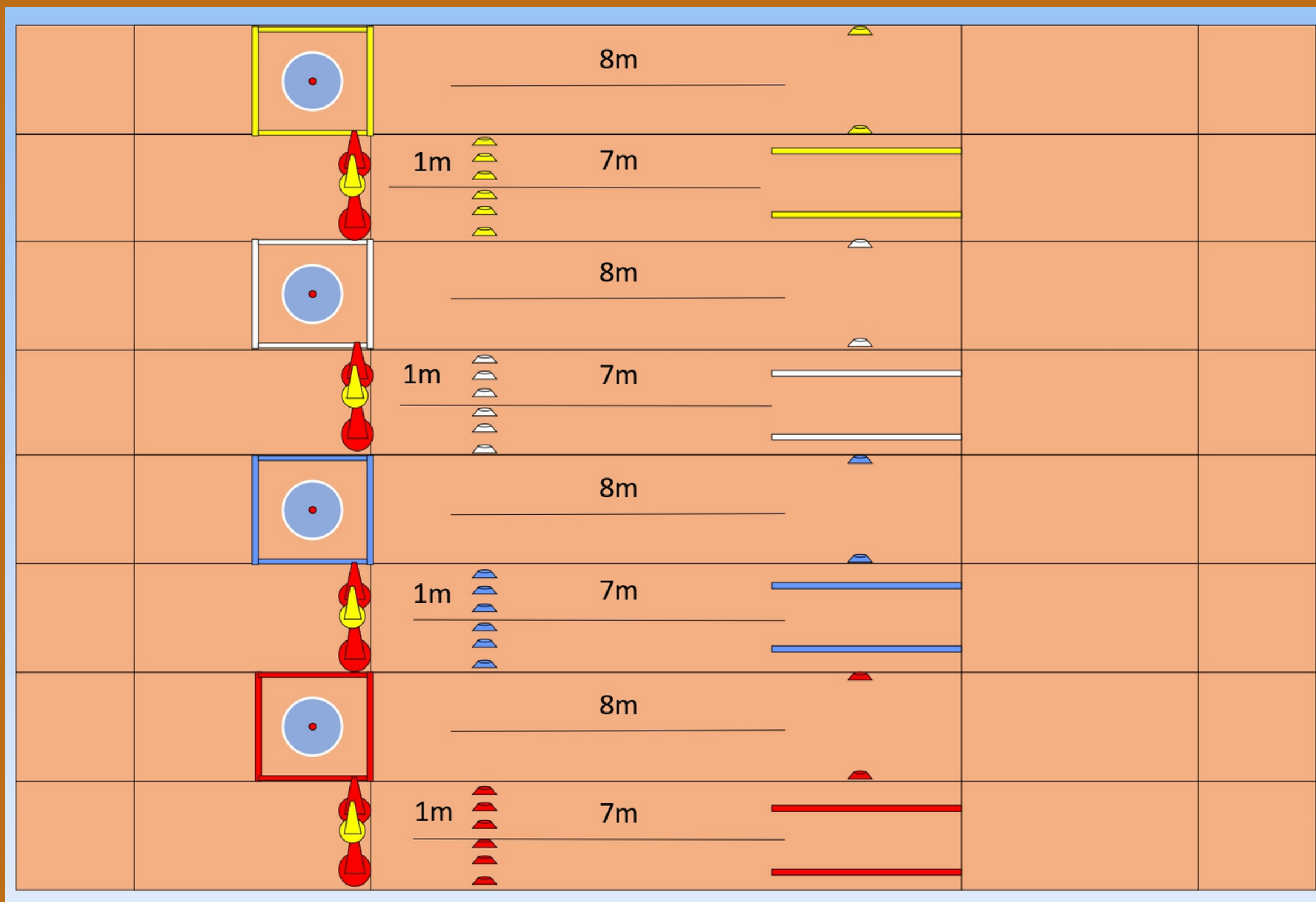


-Organisation en quinconce sur 4 terrains, 4 groupes. Tous les groupes commencent au point

-Les distances varient selon l'âge des pratiquants CE 8m CM 9-10m.

-Il faut adapter les distances en fonction de la réussite des enfants.

organisation sur 8 terrains



-Organisation sur 8 terrains, 4 groupes.

-Tous les groupes commencent au point.

(on commence au point puis le tir).

-Les distances varient selon l'âge des pratiquants CE 8m CM 9-10m.

-Il faut adapter les distances en fonction de la réussite des enfants.

05) Les séances

A) Contenu des 6 séances

Séance 1

Préconisations :

- lors de la séance 1, passer plus de temps sur la situation de point, que celle du tir.
- Insister sur les consignes de sécurité et sur l'organisation.
- Laisser les enfants jouer sans trop donner de consignes techniques.
- Faire d'abord le point puis le tir mis à part si plusieurs personnes encadrent.



Situation au Point

Objectifs :

- Individuel : Etre capable d'arrêter sa boule dans la cible = le carré.
- Collectif : être la première équipe à mettre ses 10 points = 10 coupelles.

But :

- Une boule s'arrêtant dans le carré = 1 point = 1 coupelle.

Consignes :

- Le joueur lance sa boule. Si la boule s'arrête dans le carré, le joueur prend une coupelle et la remonte dans son camp puis ramasse sa boule. Il revient en courant pour donner la boule au suivant dans la main et se mettre dans le couloir de sécurité.

Aménagement :

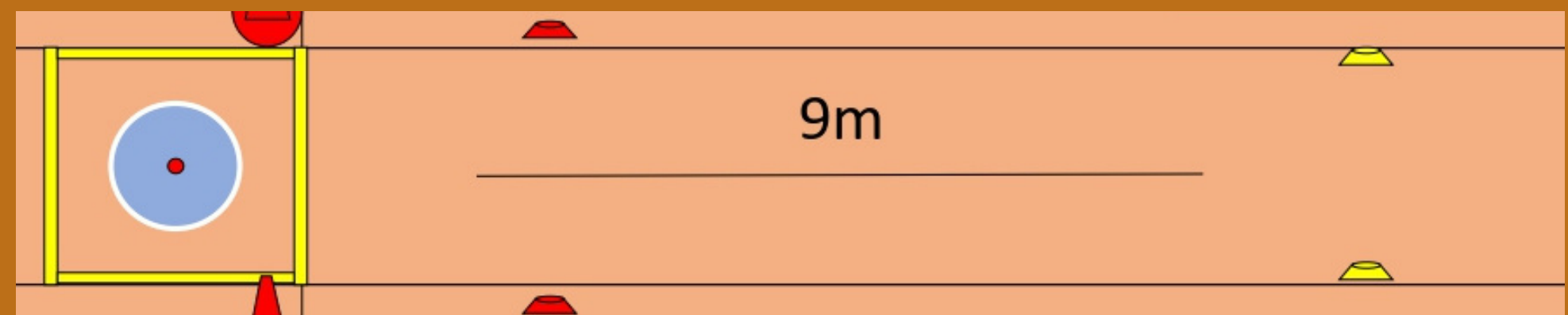
- un carré est tracé au sol (longueur = 2.5m, largeur = largeur du terrain).
- un rond est tracé au sol (diamètre = 70cm).

Critères de réalisation :

- laisser les enfants lancer comme ils veulent.
- Faire rouler sa boule au sol.
- Accompagner sa boule.
- critères de réalisation au point (cf paragraphe 02).

Variables :

- réaliser plusieurs manches.
- 1 coupelle dans le carré, 2 coupelles si la boule est dans le rond.



Situation au Tir

Objectifs :

- Individuel : Être capable de lancer sa boule au dessus des coupelles.
- Collectif : être la première équipe à mettre la totalité de ses points.

But :

- Une boule touche un cône (en passant au dessus des coupelles) = 2 points = 2 coupelles.
- Une boule touchant le sol après les coupelles = 1 point = 1 coupelle.

Consignes :

- Dans la continuité de sa course d'élan, le joueur lance sa boule. Si la boule touche les cônes et ou passe au dessus des coupelles, le joueur prend une coupelles de sa réserve et la ramène dans son camp. Il revient en courant pour donner la boule au suivant ou se mettre dans le couloir de sécurité.

Aménagement :

- des cônes sont placés au sol.
- une course d'élan est symbolisée.

Critères de réalisation :

- courir jusqu'au coupelles.
- Lancer sa boule à la fin du couloir d'élan.
- Le bras doit aller en arrière puis remonter jusqu'aux yeux (moment du lancer) tout cela durant la course.
- critères de réalisation au tir (cf paragraphe 03).

Variables :

- réaliser plusieurs manches.
- ne pas hésiter à avancer le couloir d'élan en cas d'échec.



Séance 2



Préconisations :

- lors de la séance 2, vous pouvez passer autant de temps au point qu'au tir.
 - Insister sur les consignes de sécurité et sur l'organisation.
- Vous pouvez insister un peu plus sur les consignes techniques notamment au tir.
 - Faire d'abord le point puis le tir mis à part si plusieurs personnes encadrent.
- Ne pas hésiter à faire les mêmes situations que la séance 1 : rappel (avec des variables si possible compléxifiante).

Situation au Point

Objectifs :

- Individuel : Être capable d'arrêter sa boule dans la cible = le carré.
- Collectif : être la première équipe à mettre ses 10 points = 10 coupelles.

But :

- Une boule s'arrêtant dans le carré = 1 point = 1 coupelle.

Consignes :

- Le joueur lance sa boule. Si la boule s'arrête dans le carré, le joueur prend une coupelle de sa réserve et le place derrière le carré.
- Il revient en courant pour donner la boule au suivant ou se mettre dans le couloir de sécurité.

Aménagement :

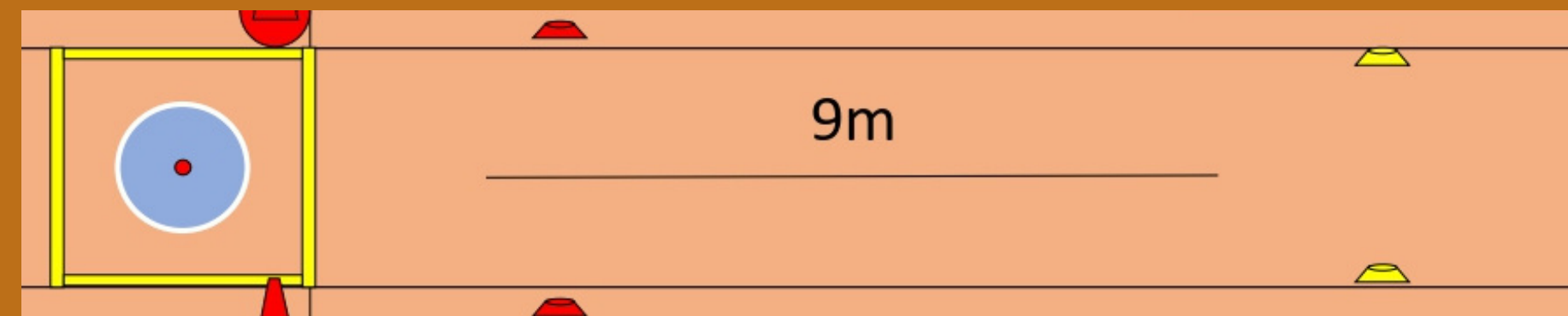
- un carré est tracé au sol (longueur = 2.5m, largeur = largeur du terrain).
- un rond est tracé au sol (diamètre = 70cm).

Critères de réalisation :

- Faire rouler sa boule au sol.
- Accompagner sa boule.
- critères de réalisation au point (cf paragraphe 02).

Variables :

- réaliser 2 manches.
- 1 coupelle dans le carré, 2 si la boule est dans le rond.
- enlever le carré (il faut que la boule s'arrête dans le rond seulement pour marquer des points).
- Imposer un temps et faire le plus de points pendant le temps imparti.
- joué 20 boules l'équipe qui en aura mis le plus de point aura gagné.



Situation au Tir

Objectifs :

- Individuel : Être capable de lancer sa boule sur les cônes.
- Collectif : être la première équipe à mettre la totalité de ses points.

But :

- Une boule tapant le cône jaune = 3 points = 3 coupelles .
- Une boule tapant un des cônes rouge = 2 points = 2 coupelles.
- Une boule tapant au dessus des coupelles sans toucher de cônes = 1 point = 1 coupelle.

Consignes :

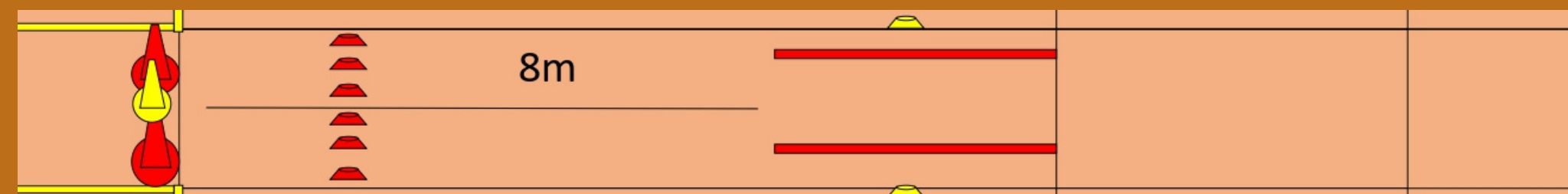
- Dans la continuité de sa course d'élan, le joueur lance sa boule. Si la boule passe au moins au dessus des coupelles , le joueur prend des coupelles de sa réserve et les ramènes dans son camp. Il revient en courant pour donner la boule au suivant et se mettre dans le couloir de sécurité.

Aménagement :

- des cônes sont placés au sol
- un cône jaune est placé au milieu de 2 cônes rouge.
- une course d'élan est symbolisée.

Critères de réalisation :

- courir jusqu'aux coupelles (obstacles).
- Lancer sa boule à la fin du couloir d'élan.



- Le bras doit aller en arrière puis remonter jusqu'aux yeux (moment du lancer) tout cela durant la course.

- critères de réalisation au tir (cf paragraphe 03).

Variables :

- réaliser plusieurs manches.
- ne pas hésiter à avancer la cible en cas d'échec.



Séance 3 et 4



Préconisations :

- lors de la séance 3, les terrains sont identiques que la séance 4 évaluative pour permettre à l'enfant de prendre ses repères.
 - la séance 4 est évaluative et individuelle.
 - Être plus attentif aux réalisations techniques (apporter des corrections).
 - Prendre 10 minutes avant la fin de l'atelier afin de faire 5 lancers chacun individuellement (cela permet à l'enfant d'avoir un repère de son potentiel pour la séance 4).

Situation au Point

Objectifs :

- Individuel : Etre capable d'arrêter sa boule dans la cible = le carré ou cercle.
- Collectif : marquer un maximum de points.

But :

- Une boule s'arrêtant dans le carré = 1 point
- Une boule s'arrêtant dans le rond = 2 points

Consignes :

- Le joueur lance sa boule. Si la boule s'arrête dans le carré, le joueur marque son point sur la feuille. Il revient en courant pour donner la boule au suivant ou se mettre dans le couloir de sécurité.

Aménagement :

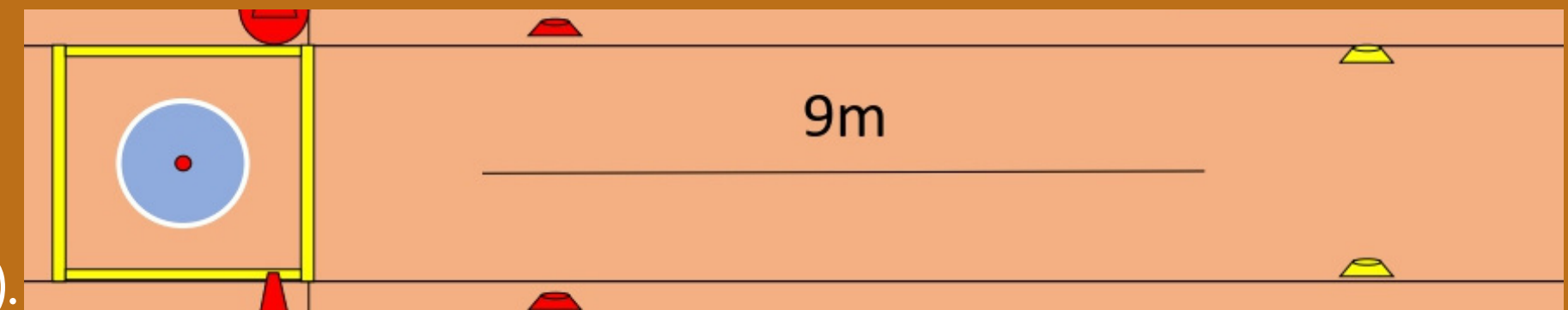
- un carré est tracé au sol (longueur = 2.5m, largeur = largeur du terrain).
- un rond est tracé au sol (diamètre = 70cm).

Critères de réalisation :

- Faire rouler sa boule au sol.
- Accompagner sa boule.
- critères de réalisation au point (cf paragraphe 02).

Variables :

- réaliser plusieurs manches.
- Prendre 10 minutes avant la fin de l'atelier afin de faire 5 lancers chacun individuellement (cela permet à l'enfant d'avoir un repère de son potentiel pour la séance 4).
- Lors de la séance 4 c'est le joueur qui a lancé sa boule qui marque son point sur la feuille après avoir donné la boule à son camarade (environ 10 à 15 lancers par joueur).



Situation au Tir

Objectifs :

- Individuel : Être capable de lancer sa boule sur les cônes.
- Collectif : être la première équipe à mettre la totalité de ses points.

But :

- Une boule tapant le cône jaune = 3 points = 3 coupelles.
- Une boule tapant un des deux cônes jaunes = 2 points = 2 coupelles.
- Une boule qui tombe après les coupelles = 1 point = 1 coupelle.

Consignes :

- Après avoir fait sa course d'élan, le joueur lance sa boule. Suivant l'impact de la boule le joueur va marquer des points ou non (0,1,2 ou 3 points). Il revient en courant pour donner la boule au suivant ou se mettre dans le couloir de sécurité, puis note ses points sur la feuille.

Aménagement :

- des cônes sont placés au sol
- un cône jaune est placé au milieu de deux cônes rouges.
- une course d'élan est symbolisée.

Critères de réalisation :

- courir jusqu'aux coupelles obstacles.
- Lancer sa boule à la fin du couloir d'élan.

- Le bras doit aller en arrière puis remonter jusqu'aux yeux (moment du lancer) tout cela durant la course.
- critères de réalisation au tir (cf paragraphe 03).

Variables :

- réaliser plusieurs manches.

- Prendre 10 minutes avant la fin de l'atelier afin de faire 5 lancers chacun individuellement (cela permet à l'enfant d'avoir un repère de son potentiel pour la séance 4).

- Lors de la séance 4 c'est le joueur qui a lancé sa boule qui marque son point sur la feuille après avoir donné la boule à son camarade (environ 10 à 15 lancers par joueurs).



fiche évaluation séance 4



SPORT-BOULES Loire - Séance scolaire évaluative						
Nom, Prénom:						

POINT CIBLE						
Passage	Boule 1	Boule 2	Boule 3	Boule 4	Boule 5	Total /5
N°1						

Passage	Boule 1	Boule 2	Boule 3	Boule 4	Boule 5	Total /5
N°2						

Passage	Boule 1	Boule 2	Boule 3	Boule 4	Boule 5	Total /5
N°3						

TOTAL POINT CIBLE						
-------------------	--	--	--	--	--	--

TIR CIBLE						
Passage	Boule 1	Boule 2	Boule 3	Boule 4	Boule 5	Total /5
N°1						

Passage	Boule 1	Boule 2	Boule 3	Boule 4	Boule 5	Total /5
N°2						

Passage	Boule 1	Boule 2	Boule 3	Boule 4	Boule 5	Total /5
N°3						

TOTAL TIR CIBLE						
-----------------	--	--	--	--	--	--

TOTAL GENERAL POINT + TIR CIBLE						
---------------------------------	--	--	--	--	--	--

SPORT-BOULES Loire - Séance scolaire évaluative						
Nom, Prénom:						

POINT CIBLE						
Passage	Boule 1	Boule 2	Boule 3	Boule 4	Boule 5	Total /5
N°1						

Passage	Boule 1	Boule 2	Boule 3	Boule 4	Boule 5	Total /5
N°2						

Passage	Boule 1	Boule 2	Boule 3	Boule 4	Boule 5	Total /5
N°3						

TOTAL POINT CIBLE						
-------------------	--	--	--	--	--	--

TIR CIBLE						
Passage	Boule 1	Boule 2	Boule 3	Boule 4	Boule 5	Total /5
N°1						

Passage	Boule 1	Boule 2	Boule 3	Boule 4	Boule 5	Total /5
N°2						

Passage	Boule 1	Boule 2	Boule 3	Boule 4	Boule 5	Total /5
N°3						

TOTAL TIR CIBLE						
-----------------	--	--	--	--	--	--

TOTAL GENERAL POINT + TIR CIBLE						
---------------------------------	--	--	--	--	--	--

scanner le QR code pour télécharger la fiche de notation



Séance 5



Préconisations :

- La séance 5 est une séance collective par équipe.
- Elle présente 4 nouveaux exercices non abordés au préalable, plus sous la forme de jeux (2 exercices de point, 2 de tir).
 - Prévoir d'imprimer les feuilles de notation : une par équipe.
 - Laisser les enfants choisir un nom d'équipe.
- Si vous n'êtes pas assez d'encadrant, faire noter les enfants.



Objectif :

- Collectif : marquer un maximum de point à chaque jeux afin d'avoir un maximum de point à la fin.

But :

- nombre de point à attribuer, noté sur la feuille.

Consignes :

- Une boule d'essai par joueur est possible et ne sera pas comptée.
 - Le joueur lance sa boule.
- Il revient en courant pour donner la boule au suivant ou se mettre dans le couloir de sécurité.

Aménagement :

- 4 équipes ou doubler les exercices afin d'en faire 8.
 - 32 lancées par équipes et par exercice.
- L'observateur note les points à chaque lancer dans les petites cases prévues à cet effet.


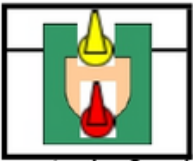
Critère de réalisation :

- critères de réalisation au point et au tir (cf paragraphe 02 et 03).

fiche de l'équipe séance 5

scaner le QR code pour
télécharger la fiche de notation



SEANCE 5				EQUIPE/ ROTATION																					
SCOLAIRE																									
PRENOM																									
PRENOM																									
PRENOM																									
PRENOM																									
PRENOM																									
JEUX	BOULES JOUEES	SCORE	SCHEMA																						
ATELIER 4	<table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>																								
			1 point si la boule tombe apres le coupelles, 2 si elle touche un cone jaune et 3 si elle touche un cone rouge																						
ATELIER 3	<table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>														<table border="1"><tr><td>1</td></tr><tr><td>3</td></tr><tr><td>1</td></tr></table>		1	3	1						
1																									
3																									
1																									
ATELIER 2	<table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>														<table border="1"><tr><td>1</td><td>2</td><td>1</td></tr><tr><td>2</td><td>3</td><td>2</td></tr><tr><td>1</td><td>2</td><td>1</td></tr></table>		1	2	1	2	3	2	1	2	1
1	2	1																							
2	3	2																							
1	2	1																							
ATELIER 1	<table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>																								
			1 pt impact sur tapis, 2 points rouge, 3 points jaune																						
TOTAL GENERAL DES 4 JEUX																									

Séance 6



Préconisations :

- La séance 6 est une séance collective par équipe.
- Elle présente 4 nouveaux exercices non abordés au préalable, plus sous la forme de jeux (2 exercices de point, 2 de tir).
 - Prévoir d'imprimer les feuilles de notation : une par équipe.
 - Laisser les enfants choisir un nom d'équipe.
- Si vous n'êtes pas assez d'encadrant, faire noter les enfants.



Objectif :

- Collectif : marquer un maximum de point à chaque jeux afin d'avoir un maximum de point à la fin.

But :

- nombre de point à attribuer, noté sur la feuille.

Consignes :

- Une boule d'essai par joueur est possible et ne sera pas comptée.
 - Le joueur lance sa boule.
- Il revient en courant pour donner la boule au suivant ou se mettre dans le couloir de sécurité.

Aménagement :

- 4 équipes ou doubler les exercices afin d'en faire 8.
 - 32 lancements par équipes et par exercice.
- L'observateur note les points à chaque lancer dans les petites cases prévues à cet effet.


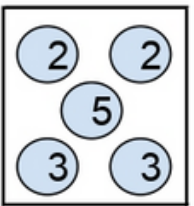
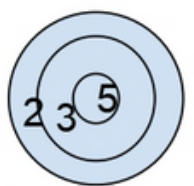
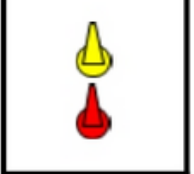
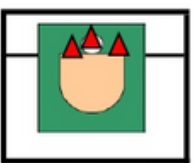
Critère de réalisation :

- critères de réalisation au point et au tir (cf paragraphe 02 et 03).

fiche de l'équipe séance 6

scaner le QR code pour
télécharger la fiche de notation



SEANCE 6				SCOLAIRE															
PRENOM						EQUIPE/ ROTATION													
PRENOM																			
PRENOM																			
PRENOM																			
PRENOM																			
JEUX	BOULES JOUEES	SCORE	SCHEMA																
ATELIER 4	<table border="1"> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>																		
ATELIER 3	<table border="1"> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>																	 <p>1 point dans le grand puis 3 et 5 points dans le plus petit</p>	
ATELIER 2	<table border="1"> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>																	 <p>1pt impact après les coupelles, 2pts cone rouge, 3pts cone jaune</p>	
ATELIER 1	<table border="1"> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>																	 <p>1 pt si impact sur le tapis, + 2 points les cônes sur les cotés et 3 points le cone du</p>	
TOTAL GENERAL DES 4 JEUX																			



Pour aller plus loin...

le memory avec plan

Organisation :

- Un damier de 12 cases est tracé au sol.
- Longueur d'une case = 1m (première case 1m devant la ligne de pied de jeu), largeur d'une case = largeur du terrain divisée par 3).
- 12 cartes sont réparties dans les 12 cases (6 lots de 2 cartes identiques).
- Un plan est fourni sur chaque terrain avec l'emplacement des cartes.

Comptage des points individuels (20') :

Objectif :

- o Marquer ses 8 boules dans 8 cases différentes.
- o Composer des paires.

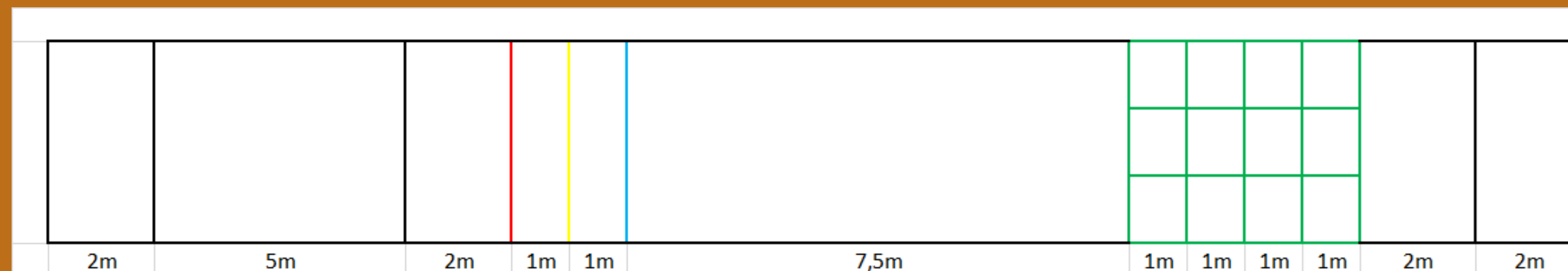
-Comptage des points : le joueur doit trouver le plus de paire en 8 lancers. 1 point s'il réussit à pointer, 3 points s'il réussit à composer une paire lors d'un autre lancer.
-Exemple : David pointe sa 1ère boule dans la case « porte boules ». Il retourne face visible la carte (il marque 1 point). David doit pointer sa 2ème boule dans la 2ème case « porte boules ». S'il réussit il marque 3 points et passe à une autre image. S'il échoue en marquant dans une autre case, il marque 1 point et continue avec la carte initiale. S'il échoue en pointant en dehors des 12 cases, il ne marque pas de point et continue avec la carte initiale.

Comptage des points par équipe (10') :

🌀 Objectif : Pointer dans les 2 cases de cartes identiques afin de rassembler les paires.

🌀 Qui gagne : l'équipe qui a trouvé le plus de pair en 10' (si les 6 pairs sont retournés en moins de 10', recommencer le jeu).

🌀 Exemple : David pointe sa 1ère boule dans la case « porte boules ». Il retourne face visible la carte. David doit pointer sa 2ème boule dans la 2ème case « porte boules ». S'il réussit il passe à une autre image. S'il échoue, il continue avec la même carte.



Le Tir à la corde

Organisation :

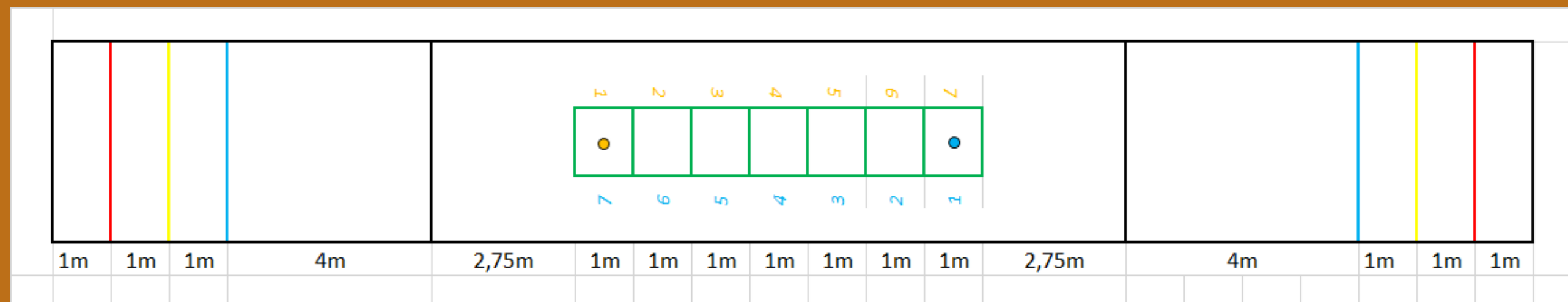
- 7 cases sont tracées au milieu du terrain dans la zone des 12.50m.
1 case = 1m par 1m.
- Les lignes de lancées sont tracées au 2 extrémités des terrains.
 - 1 but dans la première case pour chaque équipe.

Comptage des points individuels (20') :

- Objectif : Marquer ses 8 boules dans 7 cases différentes (+1 au choix = bonus).
- Comptage des points : le joueur doit pointer dans la case 1 (la plus proche de lui) puis progressivement dans les 6 autres cases. Pour le dernier lancé, il a le choix de sa case.
 - 3 points s'il réussit, 1 point s'il pointe dans une autre case.
- Exemple : David doit pointer sa boule dans la case 3 : s'il réussit = 3 points, s'il pointe dans la case 2 = 1point.

Comptage des points par équipe (10') :

- 🌀 Objectif : Déplacer son but dans la case 7 (les 2 buts sont, au début, dans la quatrième case).
- 🌀 Qui gagne : l'équipe qui réussit à mettre son but dans la case 7 en 10' (si le jeu est fini en moins de 10' recommencer le jeu, si le jeu n'est pas terminé l'équipe qui gagne est celle qui est le plus proche de la case 7).
- 🌀 Exemple : David pointe sa 1ère boule dans la case 4 (où se trouve les buts) : il peut déplacer son but dans la case 5. Ensuite il doit pointer dans la case 5 pour mettre son but dans la case 6 et le but adverse dans la case 7. Les buts ne peuvent pas être dans la même case (ils se poussent).



Vide ta case au tir

Organisation :

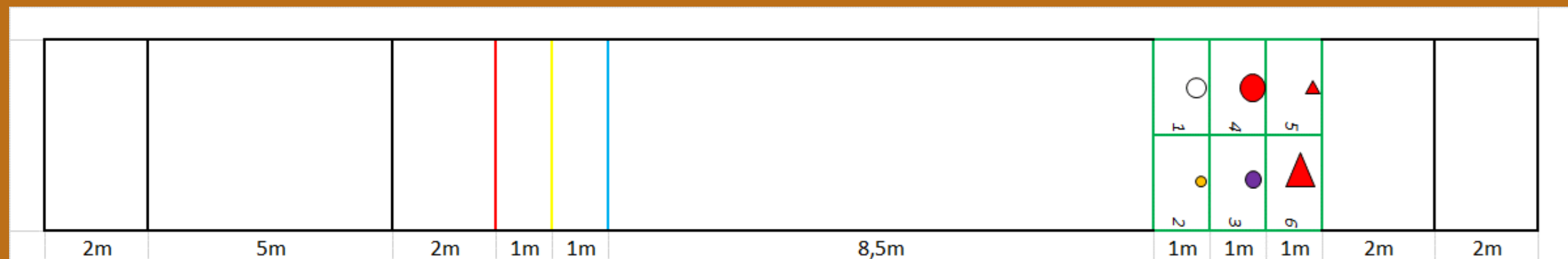
- 6 cases sont tracées à partir de la ligne de pied de jeu.
- Longueur d'une case = 1m, largeur d'une case = largeur du terrain divisée par 2.
- 6 cibles : 1 grand cône, 1 petit cône, 1 boule blanche, 1 boule résine, 1 ballon, 1 but. Les cibles sont placées au fond de la case.

Comptage des points individuels (20') :

- Objectif : tirer ses 8 boules sur 6 cibles différentes (+2 au choix = bonus).
- Comptage des points : le joueur doit tirer sur la cible 1 puis progressivement sur les 6 autres cibles. Pour les deux derniers lancés, il a le choix de la cible.- 3 points s'il réussit à taper la cible, 1 point s'il tombe dans la case de l'objet tiré.
- Exemple : David doit tirer sur la cible 1 : si la boule tombe dans la case et touche la boule blanche, il marquera 3 points. Si la boule tombe dans la case mais ne touche pas la boule blanche, il marquera 1 point. Si la boule tombe en dehors du cadre tracé ou touche un autre objet il ne marquera pas de point.

Comptage des points par équipe (10') :

- 🌀 Objectif : Taper toutes les cibles.
- 🌀 Qui gagne : l'équipe qui réussit à taper toutes les cibles en 10' (si le jeu est fini en moins de 10' recommencer le jeu, si le jeu n'est pas terminé l'équipe qui gagne est celle qui aura tapé le plus de cibles).
- 🌀 Exemple : David tir sa boule sur une cible (la boule blanche), sa boule tombe dans la case et touche la boule blanche et le ballon. Il enlève donc la boule blanche mais remet le ballon en place (1 boule lancée = 1 cible).



Le Mastermind

Organisation :

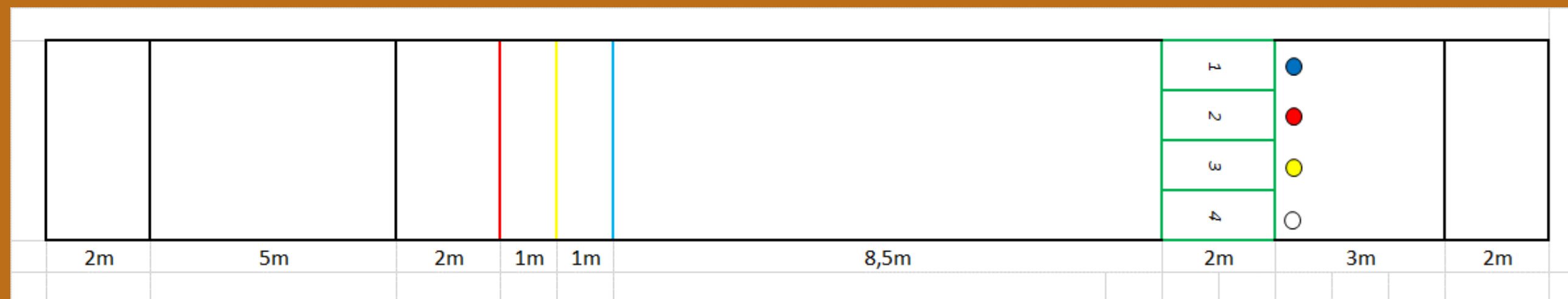
- 4 carrés sont tracés dans la cadre de jeu.
- Longueur d'une case = 2m, largeur d'une case = largeur du terrain divisée par 4.
- 4 coupelles de couleurs différentes.
- L'éducateur doit définir une couleur pour chaque case (pas le même code pour les deux terrains).

Comptage des points individuels (20') :

- Objectif : marquer 2 boules par cases de suite (suivant un ordre prédéfini 1,2,3,4).
- Comptage des points : le joueur doit pointer dans la case 1 (2 fois par case à la suite) puis progressivement sur les 3 autres cases. 3 points s'il réussit à pointer dans la bonne case, 1 point s'il pointe dans une autre case.
- Exemple : David doit pointer dans la case 1 : si la boule arrive dans la case 1 il marquera 3 points. Si la boule arrive dans une autre case que la 1, il marquera 1 point. Si la boule arrive en dehors des 4 cases, il ne marquera pas de point.

Comptage des points par équipe (10') :

- 🌀 Objectif : Trouver le bon code couleur.
- 🌀 Qui gagne : l'équipe qui réussit à trouver le code couleur en 10' (si le jeu est fini en moins de 10' recommencer le jeu avec un nouveau code couleur. Si le jeu n'est pas terminé l'équipe qui gagne est celle qui aura trouvé le plus de couleur). Si plusieurs manches sont effectuées, l'équipe gagnante sera celle qui aura gagné le plus de manches.
- 🌀 Exemple : David pointe sa boule dans la case 2, il place une coupelle de couleur. Lisa pointe dans la case 4 elle place une autre coupelle de couleur. Une fois les 4 coupelles placées, appeler l'animateur pour qu'il valide ou non le code. Si le code n'est pas validé, l'animateur enlèvera les coupelles qui ne sont pas au bon endroit.



La Marelle

Organisation :

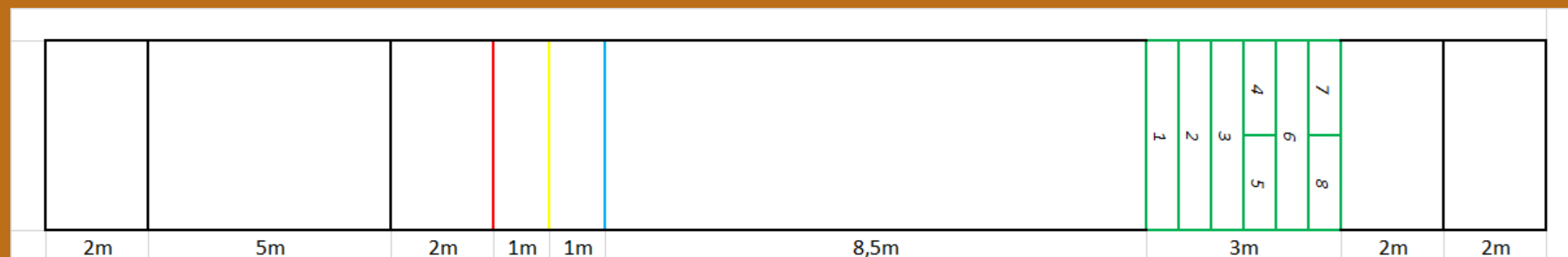
- Une marelle est tracée sur le cadre de jeu.
- Longueur d'une case= 50cm, largeur = la largeur du terrain.
- 1 but par équipe.

Comptage des points individuels (20') :

- Objectif : marquer ses 8 boules dans les 8 cases de la marelle.
- Comptage des points : le joueur doit pointer dans la case 1 puis progressivement dans les 7 autres cases.
3 points s'il réussit à pointer dans la bonne case, 1 point s'il pointe dans une autre case.
- Exemple : David doit pointer dans la case 1 de la marelle : si la boule arrive dans la case 1 il marquera 3 points. Si la boule arrive dans une autre case que la 1, il marquera 1 point. Si la boule arrive en dehors de la marelle, il ne marquera pas de point.

Comptage des points par équipe (10') :

- 🌀 Objectif : Terminer la marelle (monté descente : 1 à 8 puis 8 à 1).
- 🌀 Qui gagne : l'équipe qui réussit à finir la marelle en 10' (si le jeu est fini en moins de 10' recommencer le jeu, si le jeu n'est pas terminé l'équipe qui gagne est celle qui aura le plus avancé sur la marelle).
- 🌀 Exemple : David pointe sa boule dans la case 1 de la marelle : s'il valide la case, il déplace le but à la case 2 de la marelle, sinon l'équipe pointe dans la case 1 jusqu'à qu'elle réussisse à valider la case (départ et arrivée à la case 1 : montée - descente).



Le tri selectif

Organisation :

- 4 cases sont tracées pour représenter les 4 poubelles (grise, jaune, verte, bleue).
- Longueur d'une case = le cadre de 3.50m, largeur d'une case = la largeur du terrain divisée par 4.
4 cônes de couleurs identiques.

- Les cônes sont placés à des distances différentes : le 1er cône est placé à 70 cm de la ligne de pied de jeu puis un cône tous les 70 cm.
 - Des images de déchets seront mises à disposition aux élèves.
 - Marquer les différentes couleurs de poubelles au sol.

Comptage des points individuels (20') :

-Objectif : taper 8 cônes en fonction de l'image montrée.

- Comptage des points : l'éducateur montre une image, le joueur doit tirer sur le cône qui correspond à la bonne poubelle.
3 points s'il tape le cône correspondant à la bonne poubelle, 1point s'il tape un cône qui ne correspond pas à la bonne poubelle.
Le tir sera validé uniquement s'il tombe dans le 70cm.

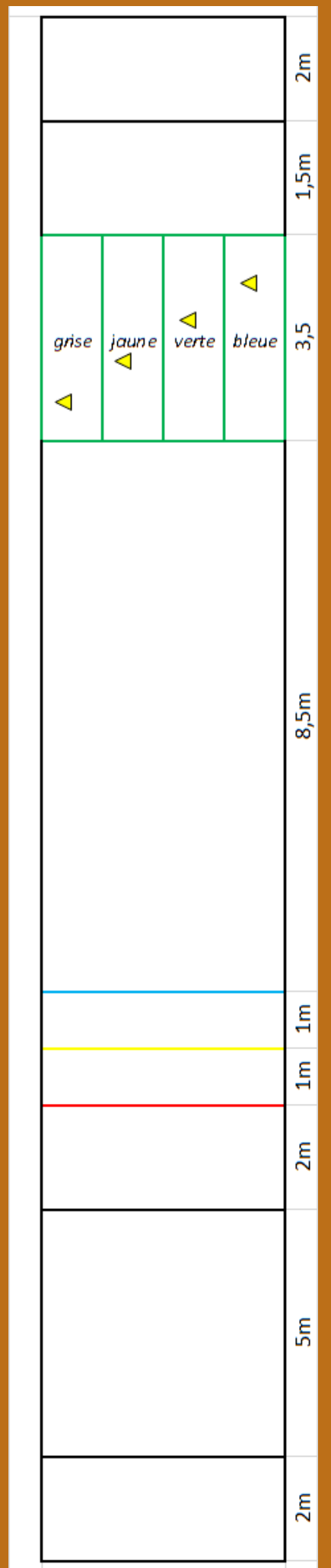
- Exemple : L'éducateur montre à David une image avec une bouteille plastique. David doit tirer le cône qui correspond à la poubelle jaune. Si David tape le cône de la poubelle jaune il marquera 3 points. Si David tape un cône d'une poubelle autre que la poubelle jaune, il marquera 1 point. Si la boule de David tombe avant le 70cm ou qu'il ne touche aucun cône, il ne marquera pas de point.

Comptage des points par équipe (10') :

🌀 Objectif : Trier les 10 images dans les bonnes poubelles.

🌀 Qui gagne : l'équipe qui réussit à trier tous ses déchets dans les bonnes poubelles en 10'(si le jeu est fini en moins de 10' recommencer le jeu, si le jeu n'est pas terminé l'équipe qui gagne est celle qui aura triée le plus de déchets).

🌀 Exemple : David à l'image d'une bouteille en verre : il doit tirer le cône de la poubelle verte. S'il réussit il pose l'image dans la case de la poubelle verte. S'il ne tape pas le cône de la bonne poubelle, il donne la même image au prochain joueur. Si son tir n'est pas régulier, il donne la même image au prochain et ainsi de suite jusqu'à validation.



Les Anneaux Olympiques

Organisation :

- 5 cercles de 140 cm de diamètre sont tracés dans le cadre de 3.5m (2 devant au-dessus de la ligne de pied de jeu, 3 derrière collés aux 2 autres).

Comptage des points individuels (20') :

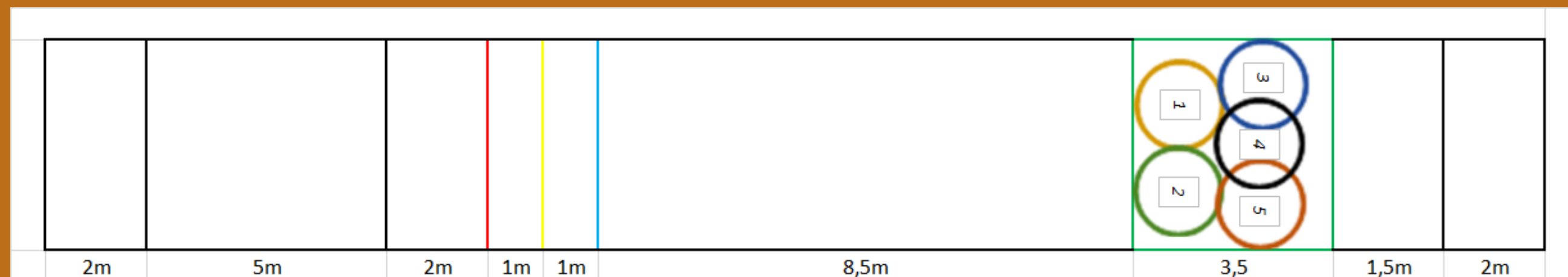
- Objectif : pointer dans les 5 anneaux avec un ordre prédéfini (1,2,3,4,5,) (plus 3 au choix = Bonus).

- Comptage des points : le joueur doit pointer dans la case 1 puis progressivement dans les 4 autres (3 lancés au choix où le joueur devra annoncer l'anneau qu'il vise). 3 points si la boule pointer arrive dans le bon anneau. 1 point si la boule arrive dans un anneau autre que celui visé.
- Exemple : David doit pointer sa boule dans l'anneau numéro 1, s'il y arrive il marquera 3 points. S'il pointe dans un autre anneau que le 1, il marquera 1 point. Si sa boule ne rentre dans aucun anneau, il ne marquera pas de point.

Comptage des points par équipe (10') :

🌀 Objectif : valider les 5 anneaux dans un ordre prédéfini en annonçant la bonne couleur de l'anneau (couleur des Anneaux Olympiques).

- 🌀 Qui gagne : l'équipe qui réussit à valider tous les anneaux dans l'ordre et en annonçant la bonne couleur de chaque anneau (s'il pointe sa boule dans l'anneau mais annonce la mauvaise couleur, il doit rejouer jusqu'à qu'un joueur annonce la bonne couleur). Si le jeu est fini en moins de 10' recommencer, si le jeu n'est pas terminé en 10', l'équipe qui aura validé le plus d'anneaux aura gagnée).
- 🌀 Exemple : David doit pointer dans l'anneaux numéro 1 : s'il réussit il doit annoncer la couleur de l'anneau. S'il annonce la mauvaise couleur ou s'il arrive dans le mauvais anneau, le joueur suivant jouera dans l'anneau 1 jusqu'à validation.



Le juste score

Organisation :

- 9 cases numérotées de 1 à 9 sont tracées.

Longueur d'une case = 1, largeur d'une case = largeur du terrain divisée par 3.

Comptage des points individuels (20') :

- Objectif : obtenir exactement 24 points en 8 lancers.

- Comptage des points : le joueur doit pointer dans les cases pour obtenir exactement 24 points (le nombre de point correspond à l'addition des numéros des case 1,2,3,4,5,6,7,8 et 9).

S'il réussit à obtenir 24 points exactement en 8 lancers le joueur marque 24 points. S'il dépasse les 24 points, le joueur reviens au score du lancer précédent. Si le nombre de point obtenu est inférieur à 24 points, le joueur marquera le nombre de point qu'il a obtenu.

- Exemple : David pointe sa boule dans la case 8 puis dans la 9 puis la 4, puis la 1 et la 2. David a donc obtenu exactement 24 points.

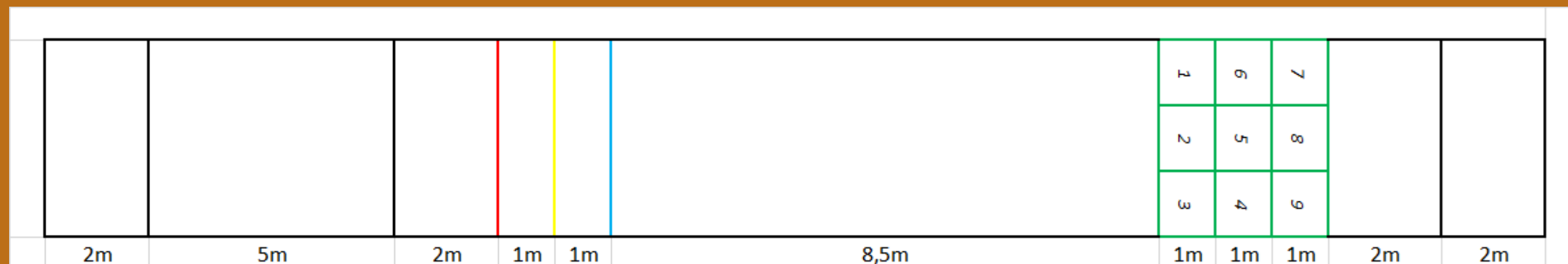
Lisa pointe dans la case 9 puis la case 7, 4, 5. Lisa a obtenu un score de 25 pts. On enlève donc le score du dernier lancé (5) afin de lancer une nouvelle fois. Les boules en trop valent 0 point.

Comptage des points par équipe (10') :

🌀 Objectif : pointer pour obtenir le juste score (88).

🌀 Qui gagne : l'équipe qui réussit à obtenir exactement 88 en 10' (si le jeu est fini en moins de 10' recommencer le jeu, si le jeu n'est pas terminé l'équipe qui aura le score le plus proche de 88 gagnera).

🌀 Exemple : L'équipe de David pointe 9 fois dans la case 9 ils ont donc 81 points. Il faut absolument qu'ils pointent dans la case 7 pour obtenir 88. S'ils pointent dans la case 6 puis dans la case 1 cela fonctionne. Cependant, s'ils pointent dans la case 8, il faut rejouer jusqu'à qu'ils obtiennent exactement 88.



Le Bowling

Organisation :

- 6 cônes disposés en triangle (3 derrières, 2 au milieu, 1 devant)

-Le premier est placé à 50cm de la ligne de pied de jeu au centre du terrain. Les deux du milieu sont placés 50cm derrière le premier. Les trois derniers sont placés 50cm derrière les deux du milieu.

Comptage des points individuels (20') :

- Objectif : obtenir le plus de point en 8 lancers.

-Comptage des points : le joueur tir sur les cônes à 8 reprises. Si l'impact de la boule tombe à l'intérieur du 50, le joueur marquera autant de point qu'il aura touché de cônes. Si l'impact de la boule est avant le 50, le joueur ne marquera aucun point. Si le joueur tombe dans le 50, mais ne touche aucun cône, il marquera 1 point.

- Exemple : David doit tirer sur les cônes, sa boule tombe dans le 50 et fait tomber 3 cônes : David marque 3 points. Sa boule tombe dans le 50 mais ne touche aucun cône : il marque 1 point. Sa boule tombe avant le 50 et touche des cônes, David marque aucun point.

Comptage des points par équipe (10') :

🌀 Objectif : Obtenir le plus de point en 20 coups.

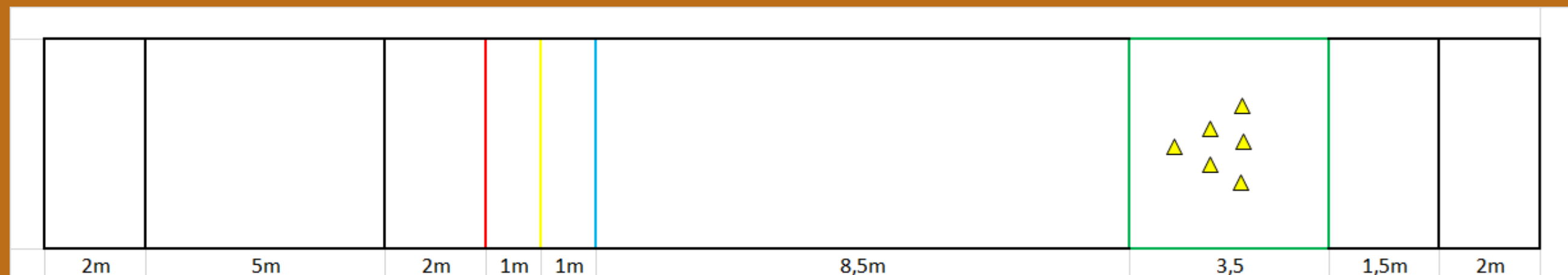
🌀 Qui gagne : l'équipe qui réussit à faire le plus de points en 20 coups (si le jeu est fini en moins de 10' recommencer le jeu mais les points ne comptent plus - si le jeu n'est pas terminé l'équipe qui gagne est celle qui aura le plus de point en moins de coups possible).

🌀 L'équipe marque le nombre de cônes qu'elle déplace à chaque boule jouée (+ 10 points pour un Strike).

🌀 Le joueur qui a joué, remet tous les cônes qu'il a déplacé.

🌀 Il faut que l'impact de la boule soit dans le 50 pour que le tir soit validé.

🌀 Exemple : David tir sa boule, tombe dans le 50 et déplace 2 cônes : l'équipe marque donc 2 points. Il remet en place les deux cônes. Lisa tire sa boule, tombe dans le 50 et tape les 6 cônes : l'équipe marque 10 points pour le Strike).



Le Footboules

Organisation :

- Un terrain de football est tracé au centre du terrain de boule.
- Largeur = largeur du terrain, Longueur = 6m.
- 2 équipes en confrontation sur le même terrain.

Comptage des points individuels (20') :

- Objectif : marquer le maximum de but en 8 lancers.

- Comptage des points : le joueur doit pointer en direction du ballon qui se trouve au centre du terrain de foot. 3 points s'il réussit à pointer et marquer un but, 1 point si la boule touche le ballon.

- Exemple : David pointe sa boule en direction du ballon : sa boule touche le ballon et celui-ci passe dans la cage = il marque 3 points. Si la boule touche le ballon mais ne rentre pas dans la cage = il marque 1 point. Si la boule ne passe pas dans le terrain de football = il marquera aucun point.

Le ballon revient au centre après chaque boule jouée.

Comptage des points par équipe (10') :

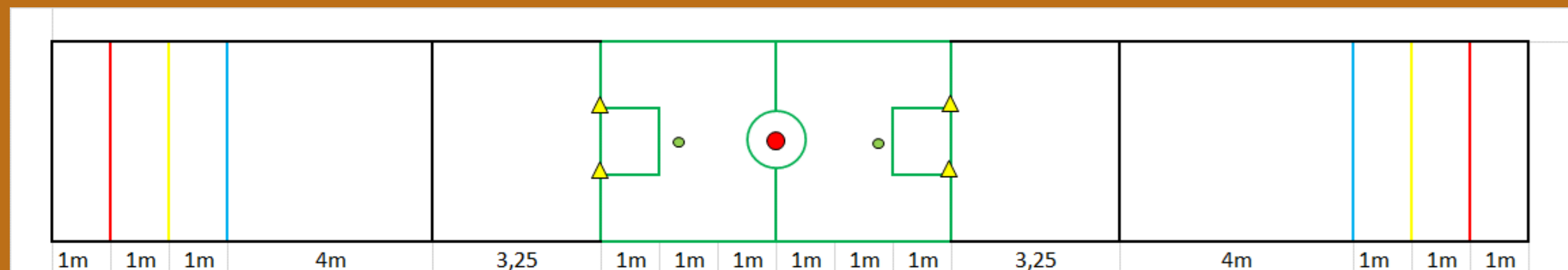
🌀 Objectif : Marquer plus de but que l'équipe adverse.

🌀 Qui gagne : l'équipe qui réussit à mettre le plus de but en 10' (si aucun but n'est marqué en 10', l'équipe qui aura le ballon dans son camp aura perdue).

🌀 Le ballon est placé au centre du terrain. S'il sort du terrain sur les côtés, il revient au centre. Si le ballon sort à côté de la cage, il revient sur le point de penalty.

🌀 Les joueurs des deux équipes ne jouent pas en même temps.

🌀 Exemple : David joue dans l'équipe A : il pointe sa boule, rate le ballon = il va récupérer sa boule en courant et sort du jeu. Lisa joue dans l'équipe B : elle pointe sa boule touche le ballon et marque un but. L'équipe B mène donc 1 à 0.



Le pendu

Organisation :

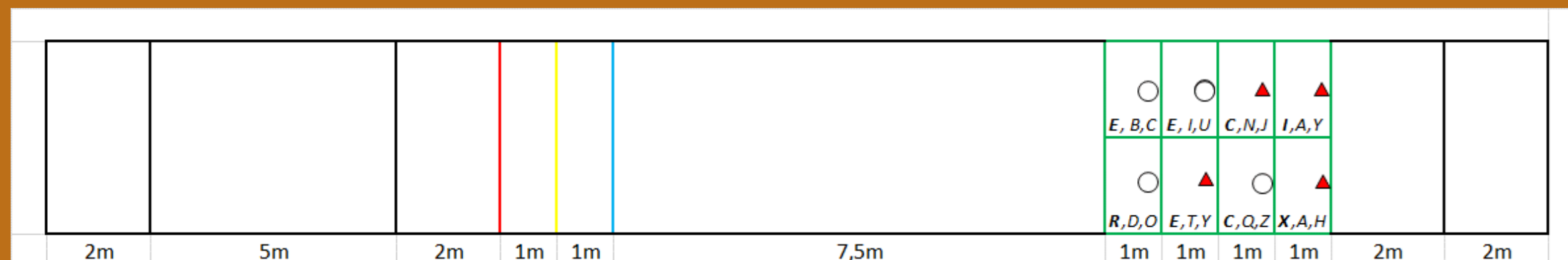
- 8 cibles sont tracées au sol.
 - Longueur = 4 fois 1m, largeur = largeur du terrain divisée par 2.
 - Les lettres sont écrites dans chaque case.
 - 1 cône ou 1 boule au fond de la case.
- Le mot à trouver est « exercice » (ne pas utiliser le même mot lors de vos entraînements sinon le mot sera changé lors du rassemblement).

Comptage des points individuels (20') :

- Objectif : marquer ses 8 boules pour valider les 8 cases dans l'ordre que le joueur aura choisi. Les 8 cases doivent être visées.
- Comptage des points : Le joueur doit annoncer la case où il veut tirer (ex : la case 3) : il tire sa boule dans la case 3 = il marque 3 points. 1 point si le joueur tire dans une autre case qu'il n'avait pas annoncée. 0 point si le joueur ne tire dans aucune case.
Le joueur doit annoncer toutes les cases.
- Exemple : David annonce qu'il va tirer dans la case 4 : il lance sa boule qui tombe dans la case 4 = il marque 3 points. Si la boule tombe dans la case 2 alors qu'il avait annoncé la 4 = il marque 1 point. Si la boule tombe dans aucune case il marque 0 point.

Comptage des points par équipe (10') :

- 🌀 Objectif : Trouver le mot avant l'équipe adverse.
- 🌀 Qui gagne : l'équipe qui réussit à trouver le mot en 10' (si le mot est trouvé avant la fin des 10' on recommence avec un autre mot. Si le jeu n'est pas terminé, l'équipe qui aura trouvé le plus de lettres aura gagnée).
- 🌀 Chaque équipe a le même mot.
- 🌀 Exemple : David tire dans la case 1 où se trouvent les lettres E, B, C : il choisit une lettre, l'éducateur annonce si la lettre est dans le mot et la place. Si la lettre n'y est pas l'éducateur dessine le pendu.



Le Memory sans plan

Organisation :

- Un damier de 12 cases est tracé au sol.
- Longueur d'une case = 1m (première case 1m devant la ligne), largeur d'une case = largeur du terrain divisée par 3).
- 12 cartes sont réparties dans les 12 cases (6 lots de 2 cartes identiques).

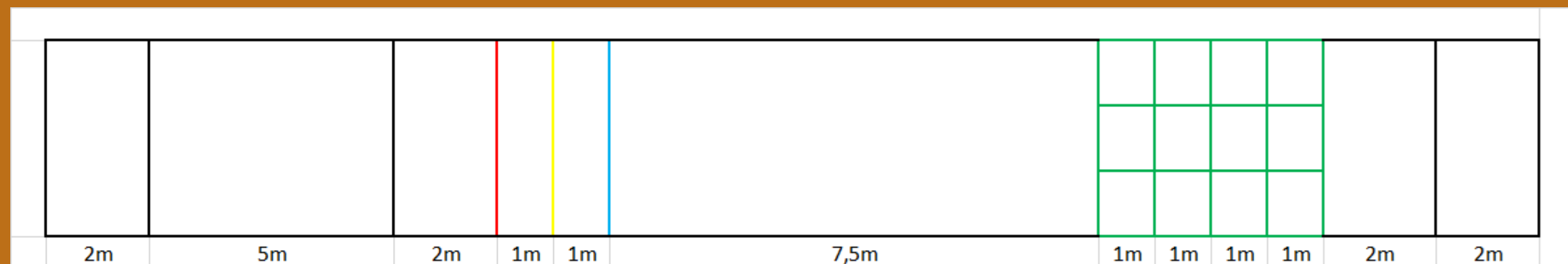
Comptage des points individuels (20') :

- Objectif : marquer ses 8 boules dans une 8 cases différentes.
Composer des paires.

- Comptage des points : le joueur doit trouver le plus de pair en 8 lancers. 1 point s'il réussit à pointer, 3 points s'il réussit à composer une paire lors d'un autre lancer.
- Exemple : David pointe sa 1ère boule sur la case « porte boules ». Il retourne face visible la carte (il marque 1 point). David doit pointer sa 2ème boule dans la 2ème case « porte boules ». S'il réussit il marque 3 points et passe à une autre image. S'il échoue, en marquant dans une autre case, il marque 1 point et continue avec la carte initiale. S'il échoue en pointant en dehors des 12 cases, il ne marque pas de point et continue avec la carte initiale.

Comptage des points par équipe (10') :

- 🌀 Objectif : Pointer dans les 2 cases de cartes identiques afin de rassembler les paires.
- 🌀 Qui gagne : l'équipe qui a trouvé le plus de pair en 10' (si les 6 pairs sont retournés en moins de 10', recommencer le jeu).



Le jeu du massacre

Organisation :

- Une case est tracée au sol.
- Longueur 2, largeur = largeur du terrain.
- Un stock de 10 boules et 10 cônes par équipe.

Comptage des points individuels (20') :

- Objectif : Marquer ses 4 boules dans le rectangle (au point). Puis marquer ses 4 boules au tir.

- Comptage des points : le joueur doit pointer 4 boules dans la zone, puis tirer sur 2 boules et 2 cônes (chaque boules ou cônes doit être visés). 3 points si la boule au point arrive dans la zone. 0 point si la boule n'arrive pas dans la zone. 3 points si la boule au tir est tapée règlementairement. 1 point si la boule tombe dans le rectangle, mais ne touche pas l'objet.

-Exemple : David pointe sa boule : il arrive dans la zone = il marque 3 points. Puis l'éducateur place 4 cibles dans la zone à la place de la boule pointée (il décide où placer l'objet si le joueur n'a pas mis les 4 boules). David tir sa première boule sur la cible 1, sa boule tombe dans la zone mais ne touche pas l'objet = il marque = 1 point. Les 4 objets doivent être visés (1 chance par objet).

Comptage des points par équipe (10') :

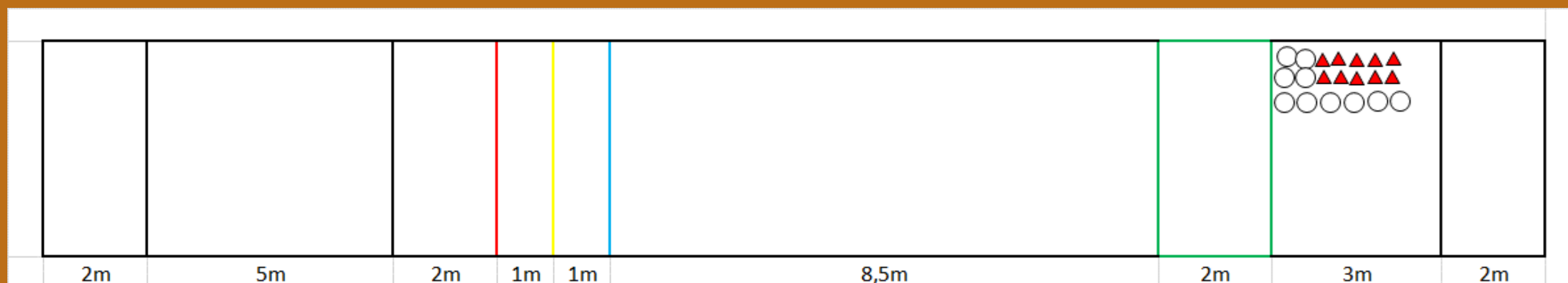
🌀 Objectif : Réussir à faire rentrer toutes les boules au point puis de les taper.

🌀 Qui gagne : l'équipe qui gagne est celle qui aura réussi à mettre 20 boules au point et à taper 10 boules et 10 cônes en 10' (si le jeu est fini avant la fin des 10' recommencer. Si le jeu n'est pas fini, l'équipe comptant le plus de boules réussis aura gagné).

🌀 On ne peut pas tirer tant que les 20 boules au point ne sont pas mises.

🌀 Pour que le tir soit validé, il faut que la boule tombe dans la case. si la boule fait sortir 2 objets : les deux comptent.

🌀 Il faut que l'objet sorte entièrement de la zone.



Le Tir sans fin

Organisation :

- 1 tapis de chaque côté du terrain (le trou de l'alvéole est placé à la ligne de pied de jeu).
- Un cône pour cible.
- 2 portes boules.

Comptage des points individuels (20') :

-Objectif : Marquer ses 8 boules de suite au tir.

- Comptage des points : Le joueur doit tirer ses 8 boules d'affilées : 1 point si la boule touche le tapis, 3 points si la boule touche la cible, 0 point si la boule tombe en dehors du tapis même si elle touche l'objet.
- Exemple : David tir ses 8 boules de suite : il marque 1 point s'il touche la tapis, 3 points s'il touche la cible, 0 si sa boule tombe en dehors du tapis.

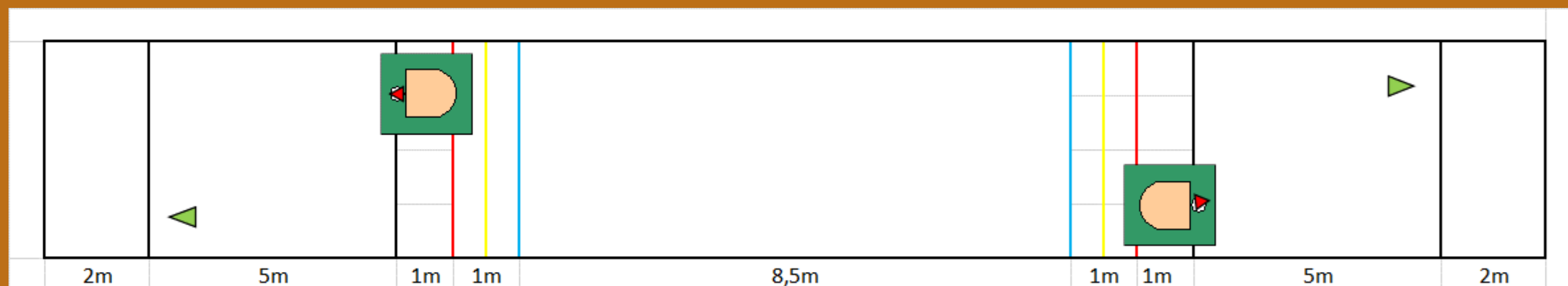
Comptage des points par équipe (10') :

🌀 Objectif : Taper le maximum de cônes en 10'.

🌀 Qui gagne : l'équipe qui gagne est celle qui aura réussi à marquer le plus de point en 10'.

🌀 1 point si la boule touche le tapis, 3 points si la boule touche la cible, 0 point si la boule tombe en dehors du tapis même si elle touche l'objet.

🌀 Exemple : David tir sa boule, remet l'objet en place s'il l'a touché puis passe le relais à Lisa (en face). Elle tir sa boule, remet l'objet et va passer le relais à Jérémie (et ainsi de suite...).





Nous nous attachons, à travers ce cycle, à l'amélioration de la manipulation de la boule et de son lancer sur une cible donnée. Bien entendu, les exercices proposés peuvent être modifiés, de part la notion ou les distances de jeu par exemple, suivant la population à laquelle s'adresse le cycle (âge, niveau de pratique, effectif, environnement).

En conclusion, il est préférable d'utiliser ce document comme une base de travail pour proposer aux enfants des animations ludiques répondant à leurs besoins et leurs évolutions

Animatrice de boulodrome

Mme. Fargeot Maelys

Tél: 06.75.68.06.17

@ : m.fargeot@cbdloire.fr

Conseiller Technique Sportif

Départemental Loire

M. Benjamin Mathaud

Tél : 06.43.75.28.65

@ : b.mathaud@cbdloire.fr