

ATELIERS

CROSSES QUEBECOISES

2 équipes par terrain

Les enfants font 3 activités

Durée : 45 minutes

10/12 minutes par atelier

Jeu terrains 1 et 5:

Les passes

Le joueur de l'équipe « X » lance la balle à la main en la faisant rouler au sol ; le joueur de l'équipe « O » : l'attrape avec la crosse puis la renvoie à la main à un autre joueur de l'équipe « x », et va se placer en dernier (et ainsi de suite).

Le joueur de l'équipe « X » lance la balle à la main vers le haut (en formant une « cloche ») ; le joueur de l'équipe « O » : l'attrape avec la crosse puis la renvoie à la main à un autre joueur de l'équipe « x », et va se placer en dernier .

Le joueur de l'équipe « X » lance la balle avec sa crosse vers le haut (crosse à la verticale derrière l'oreille) ; le joueur de l'équipe « O » : l'attrape avec la crosse puis la renvoie avec sa crosse à un autre joueur de l'équipe « x », et va se placer en dernier .

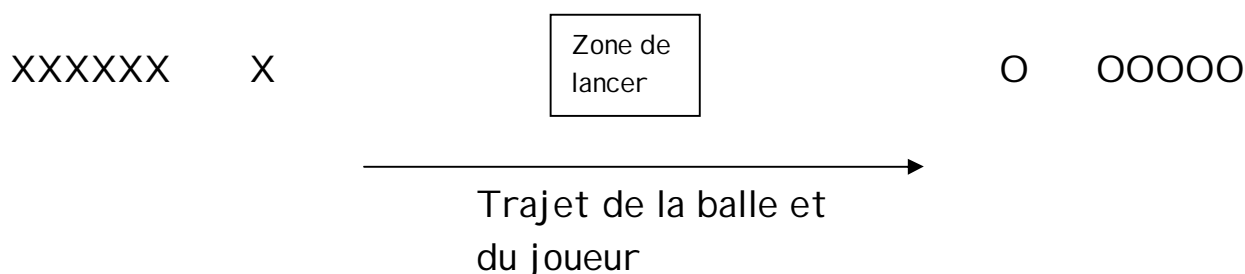


Jeu terrains 2 et 6 :

Le relais (passe et suit)

Le joueur de l'équipe « X » court jusqu'à la zone de lancer puis lance la balle avec sa crosse vers le haut (crosse à la verticale derrière l'oreille) vers le joueur de l'équipe « o », et va se placer derrière la file de l'équipe « o ».

Le joueur de l'équipe « O » attrape la balle avec la crosse puis court dans la zone de lancer, la renvoie avec sa crosse à un autre joueur de l'équipe « x », et va se placer derrière les joueurs de l'équipe « X ». Et ainsi de suite.



Jeu terrains 3 et 7 :

Le bérêt québécois.

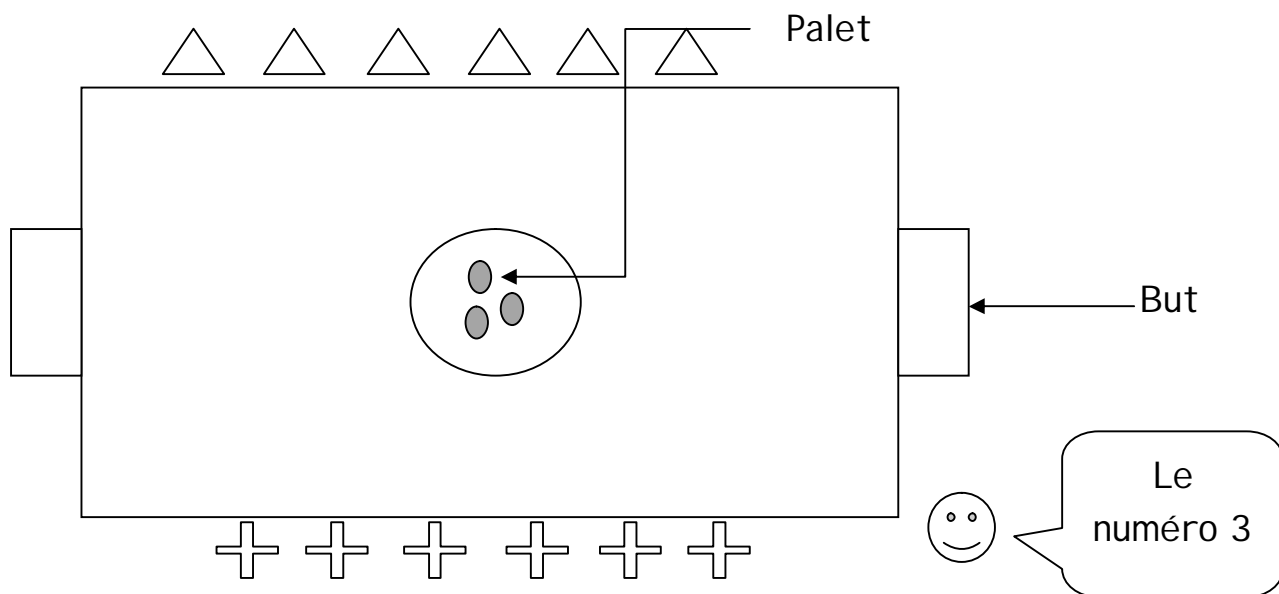
Les équipes se font face de part et d'autre du terrain.

Attribuer un numéro à chaque élève.

L'arbitre appelle un numéro.

Les deux joueurs ayant ce numéro doivent ramasser le plus rapidement possible leur balle, courir et tirer dans la cible ou le but.

Attribuer un point si la balle arrive dans le but.



Jeu terrains 4 et 8 :

Le carré magique

Les équipes se font face de part et d'autre du terrain.

Attribuer un numéro à chaque élève.

L'arbitre appelle un numéro.

Les deux joueurs ayant ce numéro doivent faire un quart de terrain, couvrir leur balle puis la ramasser le plus rapidement possible..

Une fois la balle couverte, les équiipers rentrent sur le terrain et se placent où ils veulent.

Avant de tirer dans la but de leur choix chaque équipe doit réaliser 3 passes minimum.

Attribuer un point si la balle arrive dans le but.

