

FÉDÉRATION **AUBE**

la **ligue** de
l'**enseignement**

un avenir par l'éducation populaire



PROJET PEDAGOGIQUE CROSSE QUEBECOISE



CYCLE 3

Sommaire

I. Qu'est-ce que la crosse québécoise ?	Page 3
II. Pourquoi la crosse québécoise à l'école ?	Page 3
III. Caractéristiques de l'activité	Pages 4 à 6
IV. Les compétences à acquérir en cycle 3	Page 7
IV. Tableau de progression	Page 8
VI. Situations d'apprentissages	Pages 9 à 16
VII. Evaluation	Page 17

I. Qu'est-ce que la crosse québécoise ?

La Crosse Québécoise est un sport d'origine amérindienne qui est massivement pratiqué au Canada et aux États-Unis.

Pour les indiens qui ont inventé ce jeu, la crosse revêtait une double signification : un jeu guerrier très brutal, basé sur les situations de conflits entre les tribus, et il permettait à celles-ci de régler leurs différends. C'est aussi un rituel mystique qui permettait la communication avec une certaine forme de divinité.

L'homme blanc a rapidement apprécié les qualités requises pour pratiquer la crosse. Il a alors sensiblement modifié le jeu et a codifié les règles, sans l'associer aux significations mystiques et guerrières que les indiens conféraient à la crosse.

Avec le temps, les canadiens ont appris à apprécier ce sport et dans les années 1960, ce jeu est regroupé dans une ligue et récupéré par des entreprises commerciales. Les joueurs professionnels montraient au public un spectacle violent, d'une qualité technique indiscutable, mais caractérisé par une certaine sauvagerie.

La crosse bien qu'elle se soit développée, n'était pas adaptée au système scolaire. La fédération québécoise de crosse a donc modifiée son sport afin de le rendre accessible aux enfants et afin de permettre sa pratique en milieu scolaire.

La crosse québécoise est donc devenue un sport collectif, qui nécessite l'utilisation d'une crosse munie d'un panier à son extrémité, étant donné que ce sport se joue en l'air. L'objectif est de marquer un but dans le camp adverse, le plus rapidement possible.

II. Pourquoi la crosse québécoise à l'école ?

Le sport de la crosse est un jeu de vitesse et de finesse, dans lequel l'habileté a plus d'importance que la force ou la taille. Le jeu est rapide et relativement facile à apprendre. Ce jeu convient parfaitement aux enfants de cycle 3.

En effet, cette activité a l'avantage d'être ludique de part l'utilisation de crosse, chose qui peut être attrayante pour les élèves. De plus, le nombre restreint de joueurs, cinq par équipe, permet à chacun d'entre eux de pouvoir toucher la balle, sans être à l'écart.

L'intérêt de ce sport à l'école se trouve dans le fait que le terrain de jeu est adaptable selon les possibilités, mais aussi dans le fait que les règles de jeu sont simples et accessibles à tous.

III. Caractéristiques de l'activité

Règles générales :

- ✚ Le jeu débute par un tirage au sort. L'équipe qui le gagne aura la balle pour débiter.
- ✚ Après un but, le gardien remet la balle en jeu depuis sa zone au signal de l'arbitre.
- ✚ On ne peut pas toucher la balle avec la main. Si la faute est commise, la balle revient à l'équipe non fautive qui reprend le jeu aussitôt sans signal de l'arbitre.
- ✚ L'équipe non responsable de la sortie de la balle hors du terrain la remet en jeu. Le joueur qui effectue la remise en jeu a le choix entre passer la balle ou s'engager en courant dans le jeu.
- ✚ Si la balle est libre (sur le sol), le premier joueur à la couvrir de son panier en devient le porteur. Les joueurs adverses doivent lui laisser un rayon d'autonomie de deux mètres.
- ✚ La tenue de la crosse s'effectue obligatoirement à deux mains.

Règles de jeu pour l'offensive

- ✚ L'équipe en possession de la balle dispose de 30 secondes pour tirer au but, sinon la balle revient à l'équipe adverse.
- ✚ Un joueur ne peut garder la balle en sa possession plus de 5 secondes sinon la balle est remise à l'équipe adverse.
- ✚ Lorsqu'un joueur est en possession de la balle, il peut courir (pendant 3 secondes au maximum) ou rester immobile pour effectuer une passe. En aucun cas, il n'est permis de marcher. En cas de faute (ou de temps dépassé), la balle est remise à l'équipe adverse à l'endroit de la faute.
- ✚ Le gardien de but ne peut recevoir une passe de l'un de ses joueurs s'il se trouve à l'intérieur de sa zone. Si la faute est commise, la balle est remise à l'équipe adverse dans le coin du terrain.
- ✚ Zone de but : Seul le gardien a droit d'être dans la zone de but. Ni les attaquants, ni les défenseurs n'ont le droit d'y pénétrer. Faute en cas de pénétration*. Lors d'un tir, la crosse de l'attaquant peut pénétrer dans l'espace aérien de la zone. Lorsqu'une balle roule au sol, seul le gardien peut la récupérer.

* Le gardien fait l'engagement de son but

Règles du jeu pour la défense

- ✚ Aucun contact physique n'est autorisé (corps à corps, crosse à corps). L'attaquant blessé en zone offensive obtient un lancer à l'endroit de la faute. Le fautif est exclu temporairement du terrain pendant 1 minute.
En cas de faute grave, un lancer est effectué à une distance de 8m du but.
- ✚ **Touche** : C'est la position de la balle par rapport aux lignes du terrain qui détermine ou non la sortie en touche.
- ✚ **Gardien** : Le gardien peut arrêter la balle avec ses mains ou avec toute autre partie de son corps. Il peut même poser sa crosse. Par contre le renvoi se fait à l'aide de la crosse seulement.

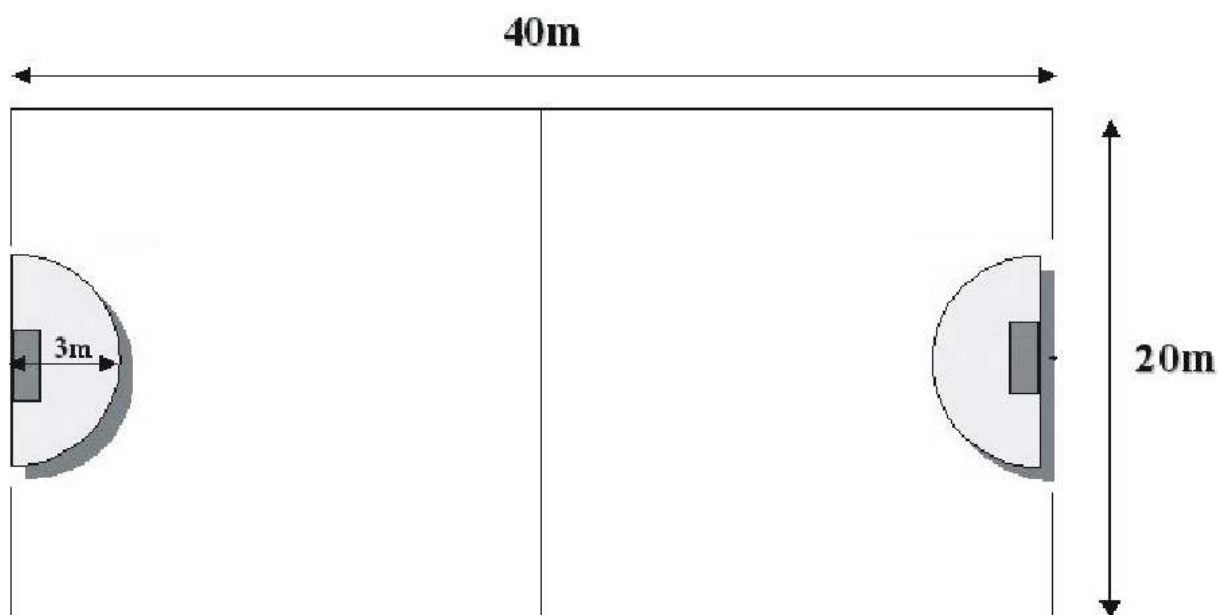
Équipement

Une couleur représente chaque équipe. Chaque joueur est muni d'une crosse, et l'équipement de jeu est complété par une balle en plastique mou.



Le terrain

On peut estimer qu'un rectangle de 40m x 20m offre les meilleures possibilités de jeu.



La zone placée devant les buts est réservée au gardien. En cas de faute grave, un lancer est effectué à une distance située à huit mètres du but.

Les équipes

Les équipes sont composées de six joueurs dont un gardien. Il peut y avoir un ou deux remplaçants, et l'entrée et la sortie de joueurs est libre.

La partie

La durée de la partie est déterminée de huit à dix minutes. Il n'y jamais d'arrêt de jeu, ni à l'occasion d'un but, ni aux changements de joueurs ou sorties de balles.

Arbitrage

Une équipe d'arbitrage est composée de six arbitres :

- ✚ Un arbitre de champ (avec un sifflet)
- ✚ Un chronométreur général qui chronomètre le temps du match
- ✚ Un secrétaire qui note les buts et enregistre les résultats
- ✚ Un juge de temps pour les trente secondes et pour les cinq secondes (on compte jusqu'à 5)
- ✚ Deux juges de but (ils sont situés près des buts) et jugent de la validité du but. Si possible, ils disposent d'un drapeau qu'ils lèvent quand il y a but. L'arbitre de champ les consulte avant de valider le but

IV. Les compétences à acquérir en cycle 3

Coopérer ou s'opposer individuellement et collectivement

Développer des stratégies comme attaquant ou comme défenseur, comprendre qu'il faut attaquer tout en se défendant. Coopérer avec des partenaires pour affronter collectivement un ou plusieurs adversaires dans un jeu collectif : se reconnaître comme attaquant ou défenseur, développer des stratégies, identifier et remplir des rôles et des statuts différents dans les jeux pratiqués, respecter les règles.

En attaque

Conserver la balle :

- Passer la balle à un partenaire démarqué,
- se démarquer pour donner une solution de jeu au porteur de balle,
- recevoir la balle à l'arrêt ou en mouvement.

Progresser vers la cible :

- Courir le plus vite possible sans garder la balle plus de cinq seconde.
- effectuer des passes pour aller le plus rapidement possible pour tirer dans le but adverse.

Marquer :

- Choisir une stratégie permettant de tirer en position favorable en faisant une passe à un équipier qui est démarqué ou de tirer directement

En défense

Reprendre le ballon :

- Se placer activement sur les trajectoires des passes,
- occuper l'espace,
- reprendre la balle,
- 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 tout en restant à 2 mètres

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

V. Tableau de progression

	Manipulation Jeux éducatifs	Jeux à effectif réduit Jeu orienté (attaque/défense)	Situation de match avec règle progressive
Séance 1 et 2 Contrôler, lancer, attraper la balle	Passes / Concours / Béret	Passes à cinq	Match simplifié
Séance 3 et 4 Se déplacer rapidement avec la balle	Par 2 ou par 3 / Concours vitesse	Déplacement vers le but	Match avec de nouvelles règles
Séance 5 et 6 Tir	Tir / Concours / Béret	Occupation espace de jeu	Match
Séance 7	TOURNOI		

VI. Situations d'apprentissages

Partager la séance en 3 temps :

1. Temps de manipulation et de jeu éducatif
2. Temps de jeu à effectif réduit ou temps de jeu orienté (attaque –défense) (phase de jeu)
3. Temps de jeu avec les règles et arbitrage des élèves.

Quelques idées pratiques :

- Partager la classe en 3 équipes (2 jouent, 1 arbitre)
- Pour faire les buts : 2 jalons et de la rubalise (2 mètres de largeur sur 1m50 de hauteur)
- Attention à la sécurité
- Crosse tenue à 2 mains et espace de liberté de 2m autour du joueur qui est en possession de la balle.

SITUATIONS D'APPRENTISSAGE TECHNIQUES :

a. Contrôler, lancer, attraper la balle :

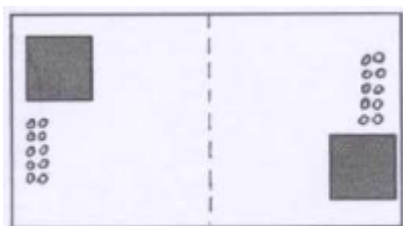
- ✚ Passes à deux : Effectuer deux rangées où les élèves se mettent face à face. La rangée A lance la balle à la main et les joueurs B la rattrape à l'aide de leurs crosses en l'aire puis la lance avec celle-ci aux joueurs A. S'il n'y arrive pas, il ramasse la balle au sol avec la crosse, après l'avoir recouverte, puis la renvoie.
- ✚ Jonglage : Les élèves jonglent avec une balle chacun en variant les hauteurs, en marchant, en marchant sur les lignes, en suivant un camarade, etc.
- ✚ Le mur : Chacun leur tour les joueurs envoient la balle contre un mur et l'autre la rattrape.
- ✚ Jeu du béret : deux équipes, chaque joueur d'une même équipe a un numéro différent. La consigne consiste, à l'appel de son numéro, à courir au milieu le plus vite possible. Le premier qui recouvre la balle marque un point. Depuis le milieu, il lance la balle à son équipe qui doit la réceptionner : un point supplémentaire si réception directe dans le panier d'un partenaire.

b. Se déplacer rapidement avec la balle :

- + Mise en place d'un relais : 2 équipes s'affrontent et se mettent en file indienne. Le premier de chaque file doit prendre une balle au sol avec leur crosse. Ils doivent courir jusqu'à un plot et revenir en passant la balle au suivant puis ils posent la balle au sol et ainsi de suite. Tous les joueurs doivent passer une fois. L'équipe la plus rapide gagne.

- Idem avec des cônes espacés pour constituer un slalom.

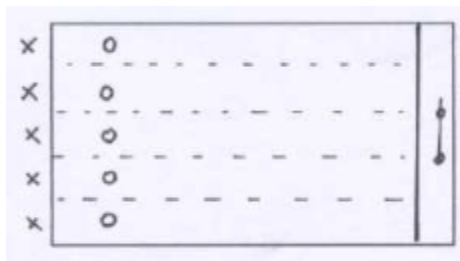
- + Jeu des déménageurs : 2 équipes disposant chacune de dix balles à porter dans une caisse, avec pour objectif de la remplir dans le minimum de temps. Pour cela, les joueurs doivent récupérer les balles dans le camp adverse à l'aide de leur crosse et les ramener dans leur caisse. Interdiction de prendre la balle à la main.



Variante 1 : avec des obstacles à contourner.

Variante 2 : Les éperviers déménageurs : Un ou plusieurs éperviers dans chaque équipe touchent, avec la main, les adversaires. Celui qui est touché ramène la balle au point de départ. On peut dans sa progression utiliser des refuges où l'épervier ne peut vous toucher.

- + Au signal, les joueurs « O » ramassent la balle placée devant eux, puis courent à toute vitesse pour aller marquer. Les joueurs « X » essaient de venir faire barrage.



Variables :

- La grandeur de l'intervalle « O – X »
- Rajouter un ou deux défenseurs, qui interviennent face à tous les attaquants.

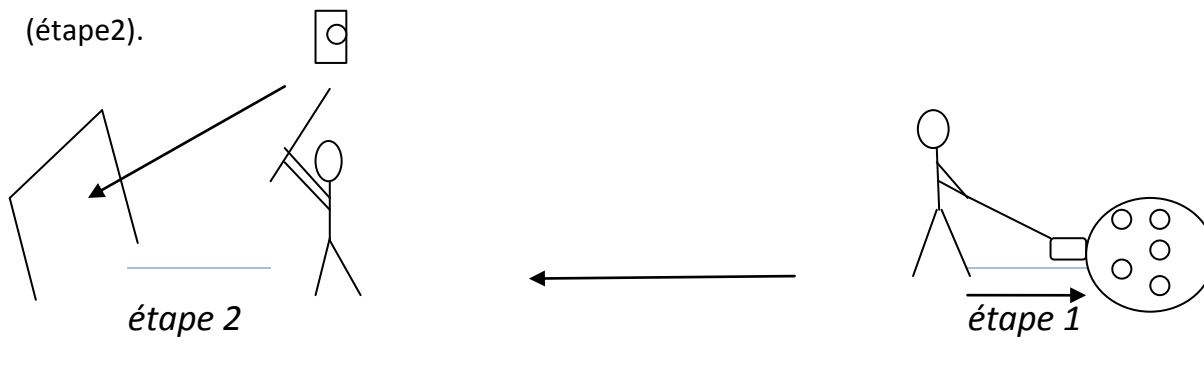
c. Tirer

- Ateliers de tirs vers des cibles (buts, tapis verticaux, cônes,...). Il sera intéressant de penser à jouer sur des variables telles que les dimensions des buts, l'éloignement, l'angle de tir, l'obstacle à franchir (tirer par-dessus des camarades, etc).



« Jeu des déménageurs »

Chacun leur tour les joueurs doivent prendre une balle qui se trouve dans un cerceau (étape 1) et l'emmener au l'autre bout du terrain où ils doivent tirer dans un but ou sur des cibles à renversés (étape2).



DES SITUATIONS DE JEU

• La thèque crosse

Objectif :

- Lancer la balle vers un espace mettant en difficulté l'équipe adverse.
- Faire progresser rapidement la balle vers un endroit défini.

But du jeu :

- Pour l'équipe des lanceurs : Une fois la balle lancée, courir le plus vite possible autour des bases pour marquer des points (1 point par tour).
- Pour l'équipe des réceptionneurs : réceptionner la balle pour la ramener le plus vite possible au joueur réceptionneur se trouvant dans la « niche ».

Organisation :

Former deux équipes de 6 à 12 joueurs.

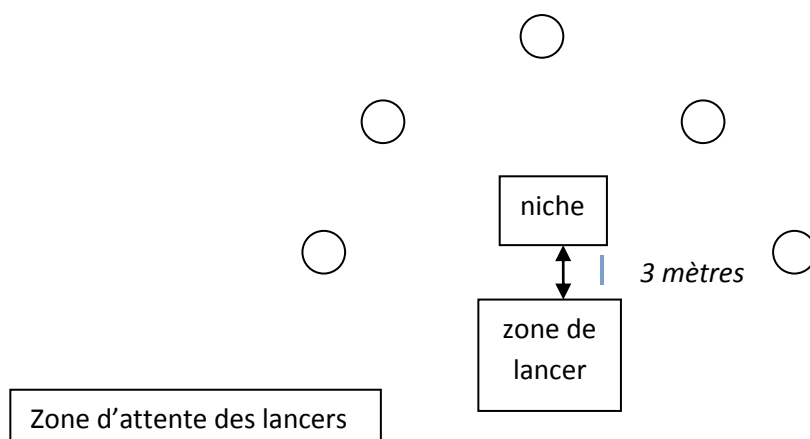
- 1 équipe de réceptionneurs
- 1 équipe de lanceurs

Déroulement et consignes.

- Pour l'équipe des lanceurs : Un joueur de l'équipe envoie la balle depuis la « zone de lancer », puis court autour des bases en commençant obligatoirement par la base n°1. Tous les autres sont assis au moment du lancer.
- Pour l'équipe des réceptionneurs : Se répartir sur l'ensemble du terrain, attraper la balle pour la ramener le plus vite possible au « capitaine » (le réceptionneur qui est dans la « niche »). Au moment où le joueur réceptionneur se trouvant dans la niche l'immobilise, les frappeurs qui courent doivent être arrêtés dans une base.

Attribution des points :

- L'équipe des lanceurs doit faire un maximum de tours : 1 point par tour.
- A l'issue de la première phase, les joueurs changent de rôle.



• **Jeu des balles brûlantes :**

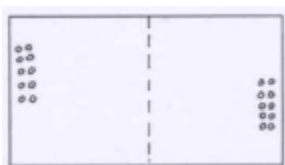
Le but du jeu est d'envoyer le plus de balles dans le camp adverse et d'en avoir le moins dans son propre camp.

Consigne :

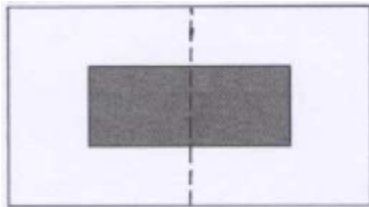
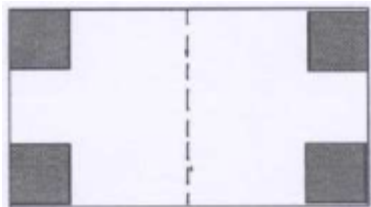
1. Tenir la crosse à 2 mains
2. Relancer le plus vite possible toutes les balles dans le camp adverse

Objectifs :

1. Perfectionner le geste du lancer (loin, haut, vite)
2. Prise de conscience de la nécessité d'une tactique



Variante : idem avec des zones de jet : un point chaque fois que la balle touche le sol dans la ou les zones matérialisées (carrés gris).



• **Passe à cinq :**

Le jeu consiste à se faire cinq passes dans son équipe avec un décompte, sans que la balle tombe au sol sinon le compteur revient à zéro. Pour commencer, il n'y a pas de défenseur.

Organisation : des équipes de 3 ou 4 joueurs

Consigne :

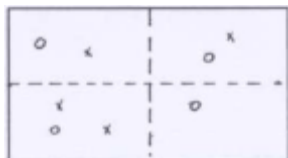
- Tenir la crosse à 2 mains
- Se faire 5 passes consécutives pour marquer un point

Objectifs :

- Perfectionner le lancer et le rattraper
- Se démarquer (variantes)

Variante 1 : avec un puis deux défenseurs ou encore deux équipes l'une contre l'autre. La balle est perdue quand elle est capturée par l'autre équipe (en l'air ou au sol). Le décompte repart à zéro.

Variante 2 : Passe à cinq par zone .Seules sont comptabilisées les passes d'une zone vers une autre. Une passe dans une même zone n'annule pas le score ; le compteur est simplement arrêté.



• Déplacements vers le but :

Organisation : 2 attaquants et 1 défenseur. A tour de rôle, les attaquants partent du milieu de terrain et doivent marquer un but.

Variante 1 : Donner une zone d'intervention limitée au défenseur

Variante 2 : Ajouter un deuxième défenseur qui se situera à deux mètres derrière le premier attaquant qui doit ramasser la balle au sol avant de débiter le déplacement vers le but.

Variante 3 : Définir des couloirs d'évolution pour les attaquants avec les deux défenseurs.

• **Balle au capitaine** : les règles seront similaires à la crosse québécoise sauf qu'on remplace le gardien et le but par un capitaine qui doit attraper la balle pour qu'il y ait but. Le capitaine se trouvera derrière le terrain.

• Occupation de l'espace de jeu :

Jeu de la crosse québécoise, mais avec deux joueurs latéraux qui n'appartiennent à aucune des deux équipes sur le terrain. Dans sa progression vers le but, chaque équipe doit faire impérativement une passe à l'un des deux joueurs latéraux.

SITUATION DE MATCH

Matériel nécessaire :

- Marquages au sol (languettes ou coupelles) pour délimiter le terrain et les 2 zones du gardien.
- 12 crosses (6 de chaque couleur)
- 2 buts
- 1 ou 2 balles à plastique
- 2 lots de 6 chasubles pour identifier les 2 équipes en jeu.
- 1 chronomètre / 1 tableau de marque

Règle du jeu :

- Nombre de joueurs : 12 à 24
- Terrain : 40 x 20 m environ
- Inscrire plus de points que l'équipe adverse.
- Pour l'équipe en possession du ballon : marquer des points dans le but
- Pour l'équipe qui n'a pas la possession du ballon : intercepter/récupérer le ballon pour tenter à son tour de marquer un but

Avant de jouer :

- Constituer les équipes
- Dans chaque équipe, désigner les 5 ou 6 joueurs qui débiteront le match (les autres joueurs seront remplaçants).
- Montrer les limites du terrain.

Déroulement du jeu :

Dès que la balle, lancée en l'air (par le meneur), est récupéré par les joueurs d'une équipe, ces derniers essayent de le faire progresser vers le but, à l'aide de passes.

Le joueur en possession de la balle peut courir durant 5 secondes puis s'arrête pour trouver soit une solution de passes, soit un tir. Lors d'une passe (ballon lancé à l'aide de la crosse, en direction d'un de ses partenaires), le ballon peut rebondir au sol avant d'être réceptionné par un autre joueur. Une équipe marque des points si la balle passe la ligne du but sans que le joueur rentre dans la zone interdite.


Ce qui est interdit :

- Courir avec la balle plus de 5 secondes.
- Pénétrer dans une zone interdite (poser ne serait-ce qu'un pied dedans).
- Etre à moins de 2m d'un adversaire, pour les défenseurs (équipe qui n'a pas le ballon).

Où effectuer l'engagement en début de match et les réengagements ?

- Engagement en début de match (par le meneur du jeu) : le ballon est lancé en l'air au centre du terrain, entre 2 adversaires.
- Réengagement après qu'une équipe ait marqué : au centre du terrain, le ballon est donné à un joueur de l'équipe qui n'a pas marqué de point. Dès lors, il peut transmettre le ballon à un partenaire.
- Réengagement après que le ballon soit sorti des limites du terrain : un joueur de l'équipe « non fautive » se place derrière la ligne, là où le ballon est sorti du terrain, et effectue une passe à un partenaire sur le terrain, puis rentre en jeu.
- Réengagement après une faute : remise en jeu par un joueur adverse à l'endroit de la faute. La défense recule de 3 pas. En fonction de la gravité de la faute, l'auteur peut-être exclu temporairement voire définitivement !

VII. Evaluation

		
Attaque	<input type="radio"/> Je suis capable de faire des passes et des tirs avec précision	
	<input type="radio"/> Je parviens à progresser vers le but de l'autre équipe	
	<input type="radio"/> Je suis capable de coopérer avec les joueurs de mon équipe	
	<input type="radio"/> Je sais me démarquer pour avoir la balle	
	<input type="radio"/> Je joue et sais prendre une décision rapidement	
Défense	<input type="radio"/> Je parviens à revenir en défense	
	<input type="radio"/> Je suis capable de marquer un joueur pour empêcher qu'il ait la balle	
	<input type="radio"/> Je respecte la règle de non contact et ne commet pas d'autre faute	
Contrôle émotionnel	<input type="radio"/> Je prends plaisir à jouer	
	<input type="radio"/> Je contrôle mes émotions	
	<input type="radio"/> Je parviens à m'intégrer dans le groupe	
	<input type="radio"/> Je suis motivé et volontaire	
Autre	<input type="radio"/> Je suis capable de reconnaître quand je suis en attaque ou en défense	
	<input type="radio"/> Je respecte les règles du jeu	