

# Le cross'ling

Situation adaptée pour un début de cycle.



## Objectifs :

Cycle de jeu basée sur l'habileté manuelle et corporelle, l'attention visuelle, la concentration et le contrôle des gestes.



## Le dispositif :

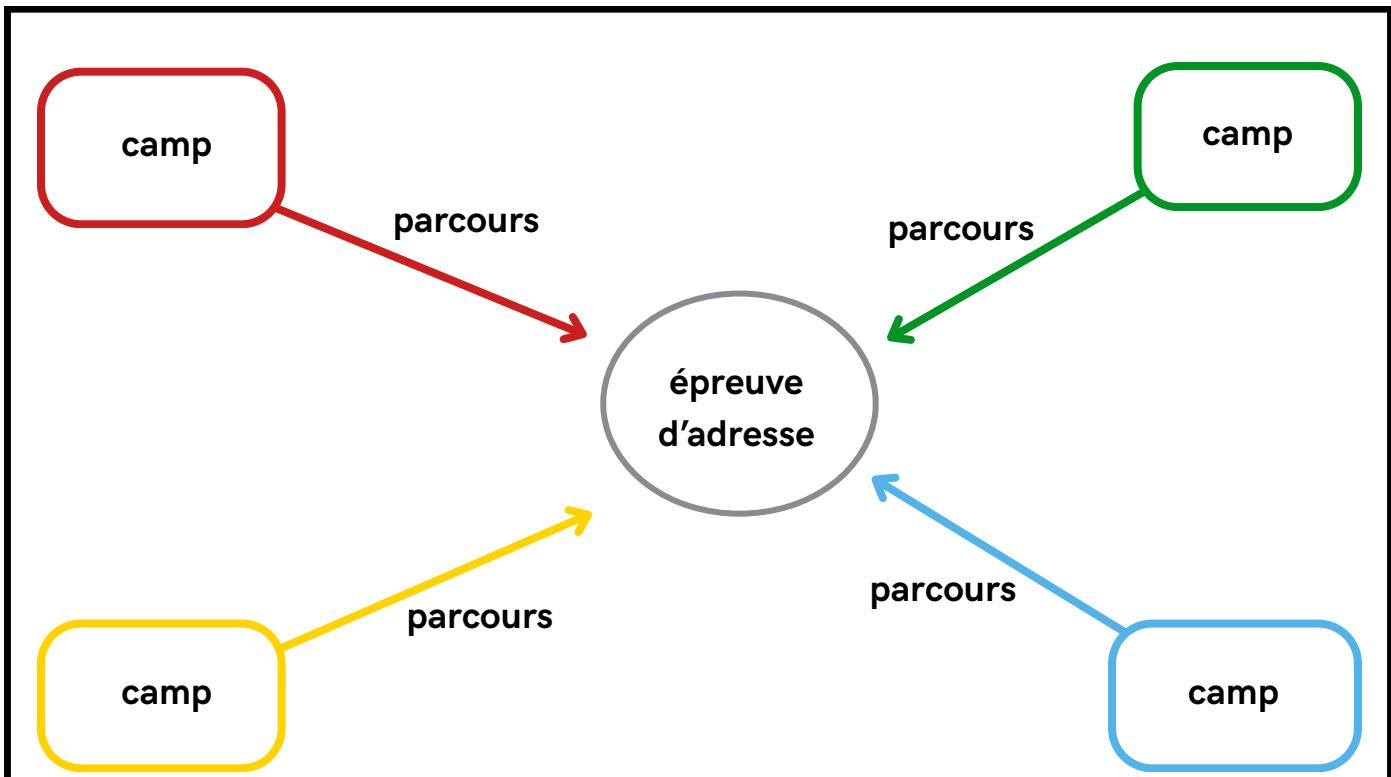
**Durée :** 15 minutes

**Terrain :** terrain de jeu 20x15m adaptable selon l'effectif et l'âge du public

**Effectif :** 8 à 16 participant·e·s

**Matériel :** Plot, coupelle, cerceau, cordes (parcours), 4 à 8 crosses et balles ou volants, scotch pour marquage, ballon de baudruche

## Schéma :



## Mise en œuvre :

### BUT

Dévaliser la zone centrale et remporter le plus de volant possible.

### CONSIGNES

Chaque équipe est répartie dans une zone dans les quatre coins du terrain. Ils devront alors réaliser un parcours en relai pour se diriger dans la zone centrale ou un défi les attend.

Les enfants qui sont en attentes dans leur camp auront un ballon de baudruche et devront réaliser un maximum de passe sans que le ballon touche le sol. Un système de point peut être mis en place selon le nombre de passe faite. Qui s'ajoutera aux points marquer lors de la réalisation du défi au centre du terrain.

Dans le milieu du gymnase, les pratiquants se mettent sur une zone démarquer par une marque au sol et devront tirer avec leur crosse et leur balle sur une coupelle ou sera placer sur celle-ci un volant ou une balle de tennis. Si le joueur réussi à la faire tomber, il remporte la balle ou le volant tomber.

Le jeu peut très bien se faire avec une raquette. Le parcours se fait avec un volant poser sur la raquette et le défi centrale est de lancer le volant dans un seau ou un cerceau. Le joueur remporte donc le plot ou le seau.

A la fin, les points sont comptés selon le nombre d'objet récupérer et selon le nombre de passe faite avec le ballon de baudruche.

### RÈGLES

Réaliser le parcours correctement en respectant le relai par équipe. L'atelier centrale est fait avec concentration qui permettra l'équipe d'amasser un maximum de point.

### VARIABLES :

Réduire ou agrandir la zone de jeu

Modifier le parcours selon le niveau de groupe

Variante de temps pour réaliser l'exercice

Variante de joueur avec l'ajout d'un défenseur par équipe qui peut aller gêner les autres joueurs.