

EPS à l'école élémentaire

*Jouons*  
*à la*  
*pétanque ...*



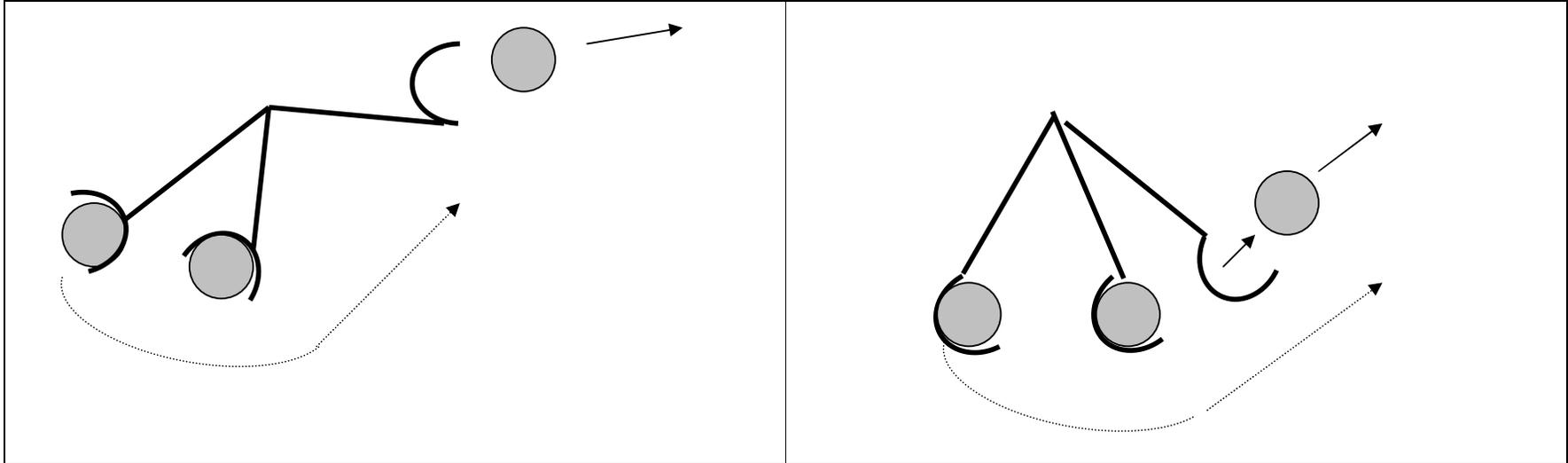
*S. Obholtz ; Belfort ... site « Instit90*



Ce que l'enfant doit découvrir ...

Savoir 1

### 1. Deux tenues de boules possibles ...



### 2. Adaptation de la puissance du lancer à l'éloignement de la cible ...

### 3. Différentes façons de lancer ...

- ↳ *Glissée (Roulée)*
  - ↳ *En demi-portée*
- } "Quand lâcher la boule ?"  
"Quelle trajectoire ?"

## Fiche 1

*Dominante  
POINTER*

### Objectif essentiel

- Lancer en direction en adaptant la puissance du jet.

### Matériel

- 6 boules
- sol stabilisé, sable...
- 6 cônes ou plots
- 2 Cerceaux

### BUT DU JEU

Lancer une boule dans chacune des portes pour marquer le maximum de points.

### REGLES

- Au moins 4 essais consécutifs.
- Pour marquer 1 point, il faut que la boule passe dans les portes.
- Quand la porte 1 est passée, lancer dans la porte 2, puis dans la porte 3
- On récupère les boules après les 6 lancers : elles sont alors posées dans le cerceau (et non lancées !)



### pour gagner

Tenter de marquer 3 points (une boule dans chaque porte).

Je dis si la boule est passée dans la bonne porte !

Nous attendons notre tour à l'arrière de la zone de lancer !

Avant de lancer, je m'assure que mon camarade est attentif !

Porte 1

Porte 2

Porte 3

### Régulations possibles ...

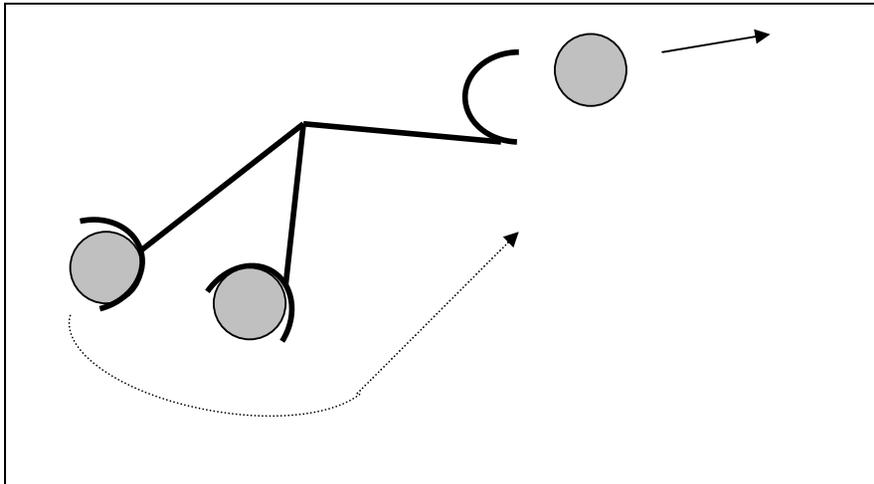
1. Distances « cerceau – portes »
2. Position des différentes portes
3. Largeur des portes.
4. Possibilité de mettre une limite (ligne tracée) après chaque porte : 1 point de plus si la boule passe dans les portes et ne dépasse pas la limite.



Ce que l'enfant doit découvrir ...

## Savoir 2

### 1. Tenue de boule ...



#### rappels :

- **glisser** (rouler) : action de pointer une boule pour que celle-ci roule sur la quasi -totalité de la distance entre le rond et le but (bouchon, cible)
- **Demi -portée** : boule pointée de manière à ce qu'elle tombe à mi-distance du rond et du but , pour rouler ensuite jusqu'au cochonnet.
- **Portée** : boule pointée de manière à ce qu'elle tombe au plus près du cochonnet ... pour rouler un peu ensuite.

### 2. Identifier Différents types de lancers ...

↳ glissée (roulée)

↳ demi-portée

↳ portée

"Quand lâcher la boule ?"

"Quelle trajectoire ?"

"Quel type de lancer privilégier en fonction de la nature du terrain ?"

## Fiche 2

*Dominante  
POINTER*

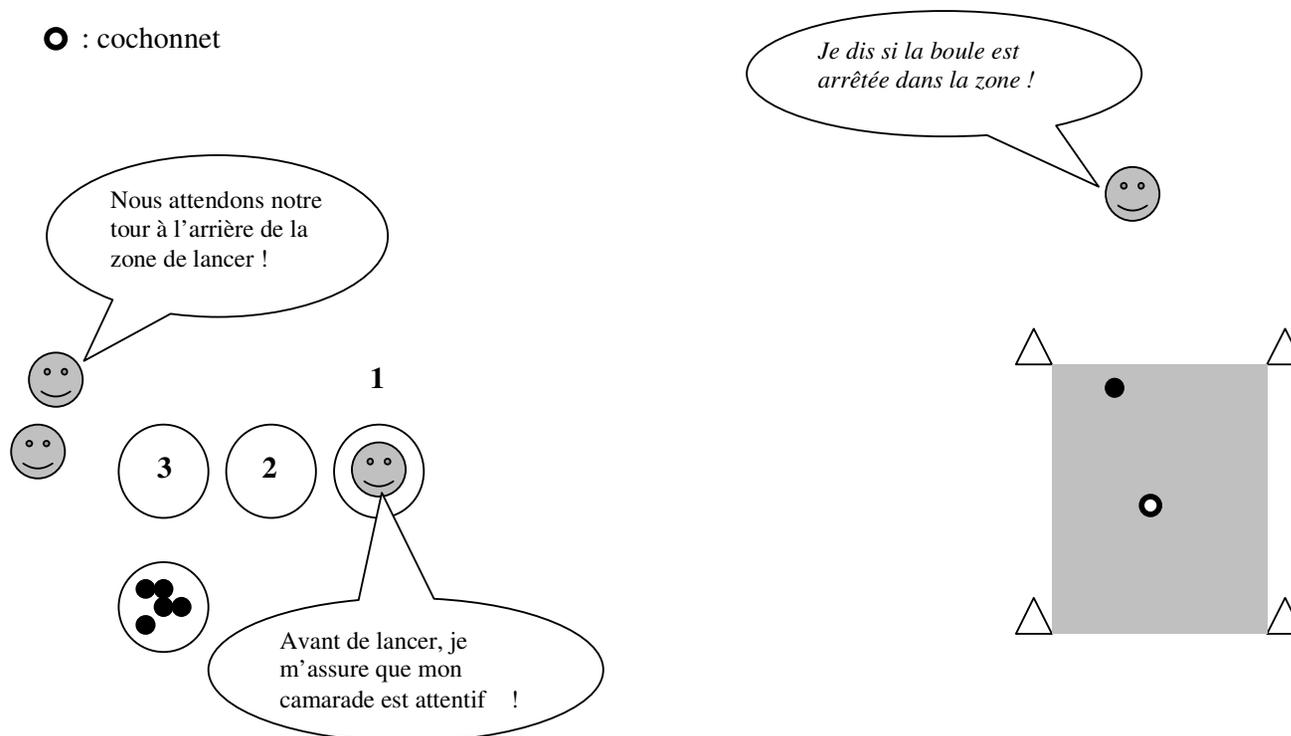
### Objectif essentiel

- **Lancer** une boule pour atteindre une cible

### Matériel

- 6 boules
- 4 cônes ou plots
- 4 Cerceaux

● : cochonnet



### BUT DU JEU

Atteindre la cible en lançant ses boules de la zone à 1 point ...ou de la zone à 2 points ...ou de la zone à 3 points.

### REGLES

- Pour marquer des points, il faut que la boule reste dans la cible
- On peut changer de zone de lancer pour chaque boule.
- On récupère les boules après les 6 lancers : elles sont alors posées dans le cerceau (et non lancées !)

### 😊 Pour gagner

**Marquer le maximum de points**

- ↗ Individuellement
- ↗ Par équipe de 3 ou 4

### Pour jouer autrement

2 contre 2, lancer deux boules chacun pour marquer plus de points que le binôme adverse

### Evolution possible ...

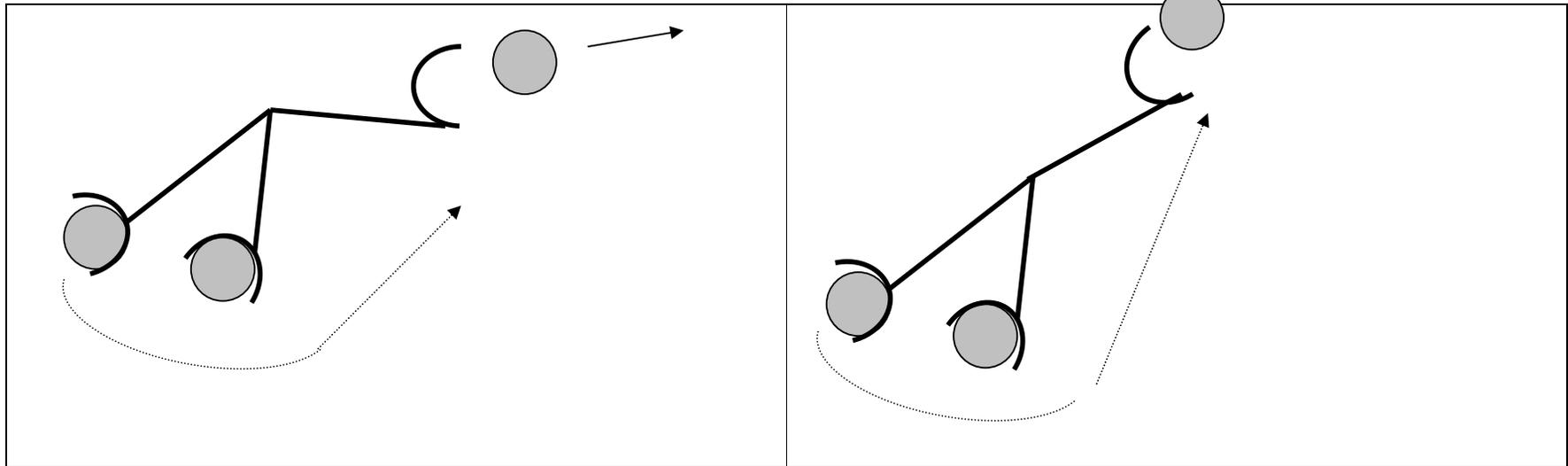
5. 6 boules lancées de la zone 1: 1 point par boule restant dans la cible.
6. 6 boules lancées de la zone 2: 1 point par boule restant dans la cible.
7. 6 boules lancées de la zone 3: 1 point par boule restant dans la cible.
8. Jeu avec décompte des points : chaque joueur choisit ses zones de lancers (stratégie) et marque 0 , 1 , 2 ou 3 points à chaque lancer : addition des points.



Ce que l'enfant doit découvrir ...

Savoir 3

### 1. Tenue de boule ...



### 2. Identifier Différents types de trajectoires ... (en fonction des distances / à la cible et selon la profondeur de la zone interdite.)

↪ *demi-portée*

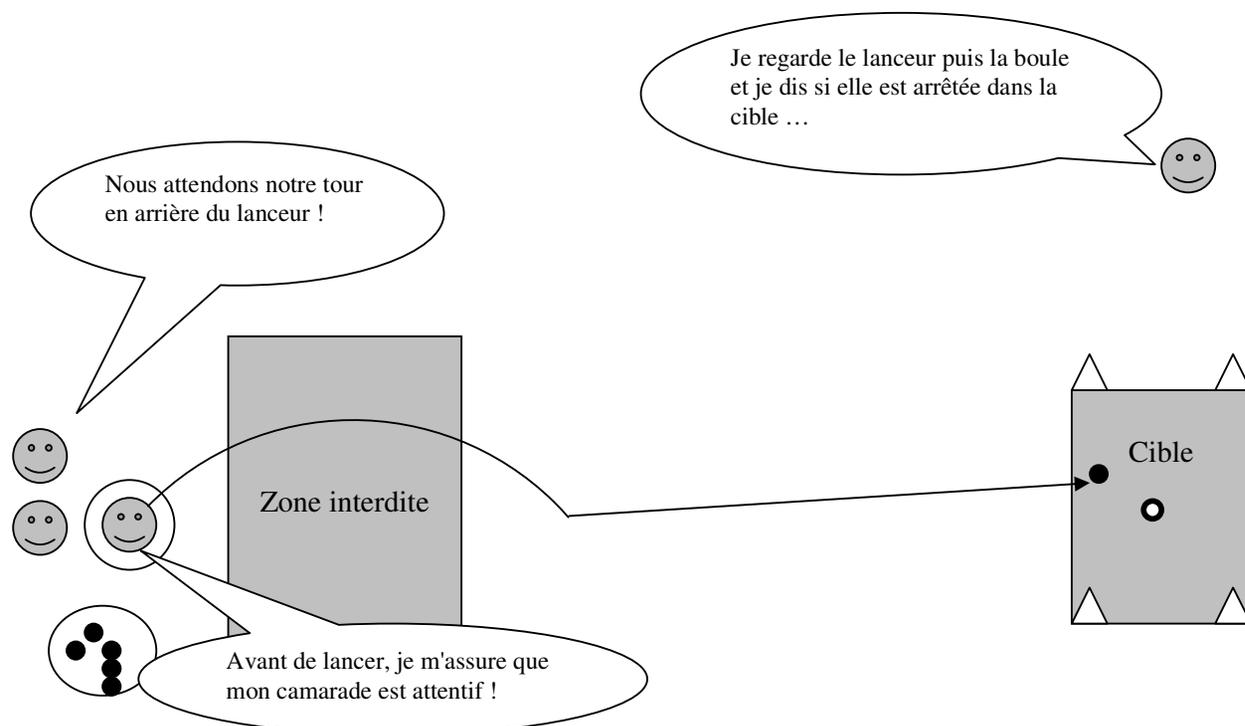
↪ *portée*

"Quand lâcher la boule ?"

"Quelle trajectoire ?"

"Quel type de lancer privilégié en fonction des distances / à la cible et selon la profondeur de la zone interdite ?"

Fiche 3	Objectif essentiel	Matériel
Dominante <b>POINTER</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Atteindre la cible <b>en élevant la boule</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 6 ou 8 boules</li> <li>• 4 cônes ou plots</li> <li>• sol stabilisé, sable, ...</li> <li>• 2 cerceaux</li> </ul>

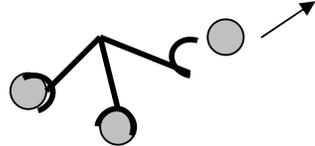


**BUT DU JEU**

Atteindre la cible le plus souvent possible sur 6 lancers consécutifs pour obtenir le maximum de points.

**REGLES**

- 1 point si la boule reste dans la cible.
- On récupère les boules après les 6 lancers : elles sont alors portées et posées dans le cerceau.



😊 **Pour gagner**

**Marquer le maximum de points**

- ↪ Individuellement (6 maxi par série)
- ↪ Collectivement (6 maxi X ...)

**Pour jouer autrement**

2 contre 2, chacun lance deux boules pour marquer plus de points que le binôme adverse.

**Pour réguler ...**

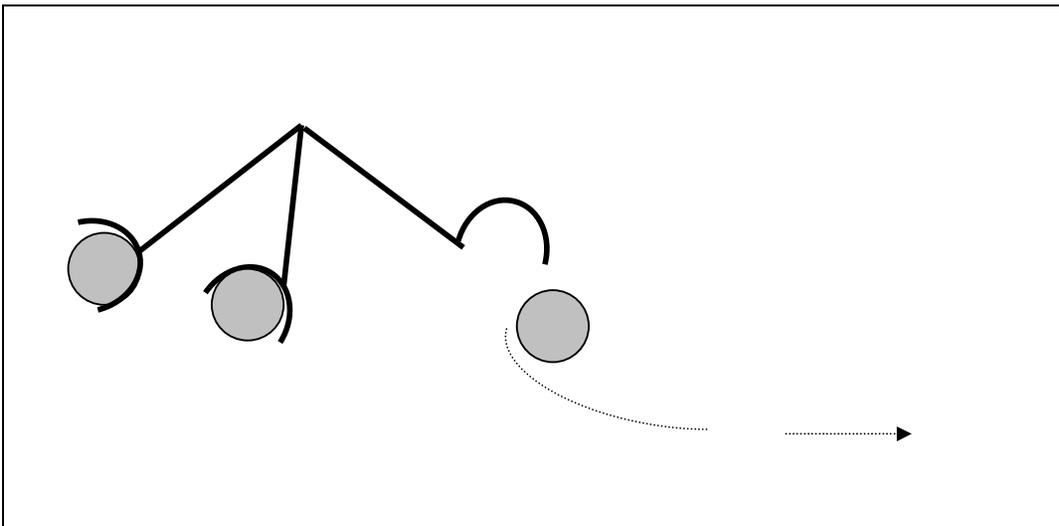
10. Distance "cerceau – cible" : plus longue, moins longue.
11. Profondeur de la "zone interdite" : pour adapter la hauteur et la puissance de la portée.
12. Profondeur de la "zone interdite" et Distance "cerceau – cible" : pour amener les joueurs à adapter la hauteur de la portée.



Ce que l'enfant doit découvrir ...

Savoir 4

### 1. Tenue de boule ...



### 2. Apprendre à ... "glisser" (rouler)

*"Quand lâcher la boule ?"*

*"Quelle trajectoire, quelle force ?"*

*"Les enfants doivent pouvoir dire "trop long", "trop court" et adapter la force de leur lancer."*

## Fiche 4

*Dominante  
POINTER*

### Objectif essentiel

- **Lancer** une boule en la faisant **rouler** pour atteindre une cible

### Matériel

- 6 ou 8 boules (pour 4 enfants)
- petit pont (latte + plots)
- 4 cônes ou plots
- 2 Cerceaux

### BUT DU JEU

Atteindre la cible le plus souvent possible sur 6 lancers consécutifs

### REGLES

- Pour marquer 1 point, il faut que la boule reste dans la cible
- La boule doit passer sous le petit pont.
- On récupère les boules après les 6 lancers : elles sont alors posées dans le cerceau (et non lancées !)

### 😊 pour gagner

marquer le maximum de points

- ↪ Individuellement
- ↪ Par équipe de 3 ou 4

### Pour jouer autrement

2 contre 2, lancer chacun deux boules pour marquer plus de points que le binôme adverse.

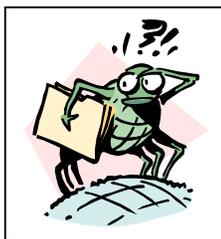
Nous attendons notre tour à l'arrière de la zone de lancer !

Je dis si la boule est arrêtée dans la zone !

Avant de lancer, je m'assure que mon camarade est attentif !

### régulations possibles ...

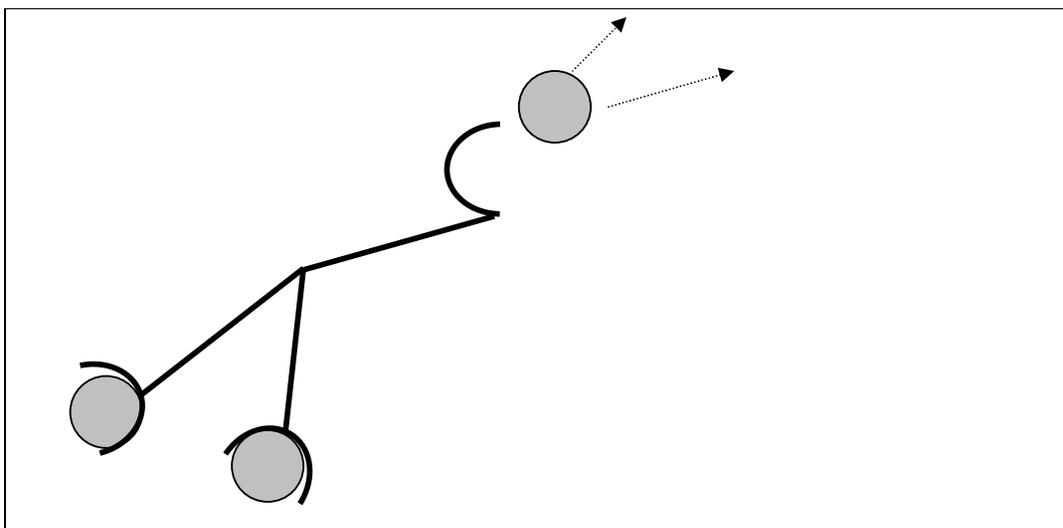
13. Hauteur du « petit pont » : plus ou moins haute.
14. Distance « cerceau-petit pont » ... pour adapter la trajectoire.
15. Distance « cerceau-cible » ... pour adapter la puissance du lancer.



Ce que l'enfant doit découvrir ...

Savoir 5

### 1. Tenue de boule ...



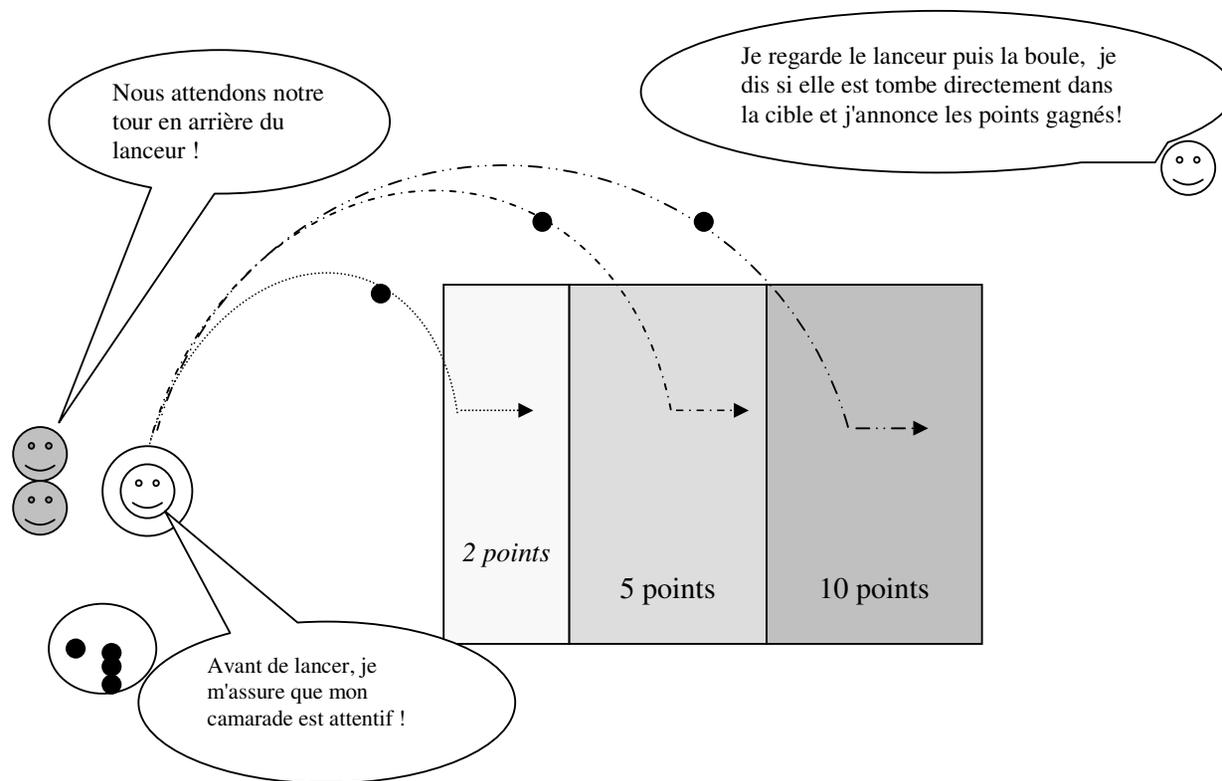
### 2. Apprendre à ... élever plus ou moins la boule en fonction de la distance ... importance du mouvement du poignet !

*"Quand lâcher la boule ?"*

*"Quelle trajectoire, quelle force ?"*

*"les enfants doivent pouvoir dire "trop long" , "trop court" et adapter la force et la trajectoire de leur lancer."*

<b>Fiche 5</b>	<b>Objectif essentiel</b>	<b>Matériel</b>
<i>Dominante POINTER</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Atteindre la cible <b>par une portée</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 6 ou 8 boules</li> <li>• sol stabilisé , sable, ...</li> <li>• zones tracées dans le sable ou lattes, plots , cerceaux ...</li> </ul>



**BUT DU JEU**

Atteindre la cible par portée pour marquer le maximum de points

**REGLES**

- 1 point si la boule atteint **directement** la cible (**même** si elle ne reste pas dans la cible)
- On récupère les boules après les 6 lancers : elles sont alors **portées** et **posées** dans le cerceau.

 **Pour gagner**

**Marquer le maximum de points**

- ↔ Individuellement
- ↔ Collectivement

**Pour jouer autrement**

2 contre 2 , lancer chacun deux boules pour marquer plus de points que le binôme adverse.

**Pour réguler ...**

16. Distance "cerceau – cibles" : plus longue, moins longue.

17. profondeur des cibles : plus ou moins profondes

18. forme des cibles : cibles circulaires de diamètres plus ou moins importants en fonction des distances (*tirs plus précis en direction et en longueur*)



Ce que l'enfant doit découvrir ...

Savoir 6

#### 4. Réinvestir les différents types de lancers en fonction des cibles à atteindre ...

- ↪ *Roulée*
- ↪ *Demi – portée*
- ↪ *Portée*
- ↪ *Plombée*

*"Quel type de lancer adopter en fonction de telle ou telle cible ?"*

- ↪ *Plomber sa boule pour atteindre la cible 4 .*
- ↪ *Porter (portée ou demi-portée) sa boule pour les autres cibles.*

## Fiche 6

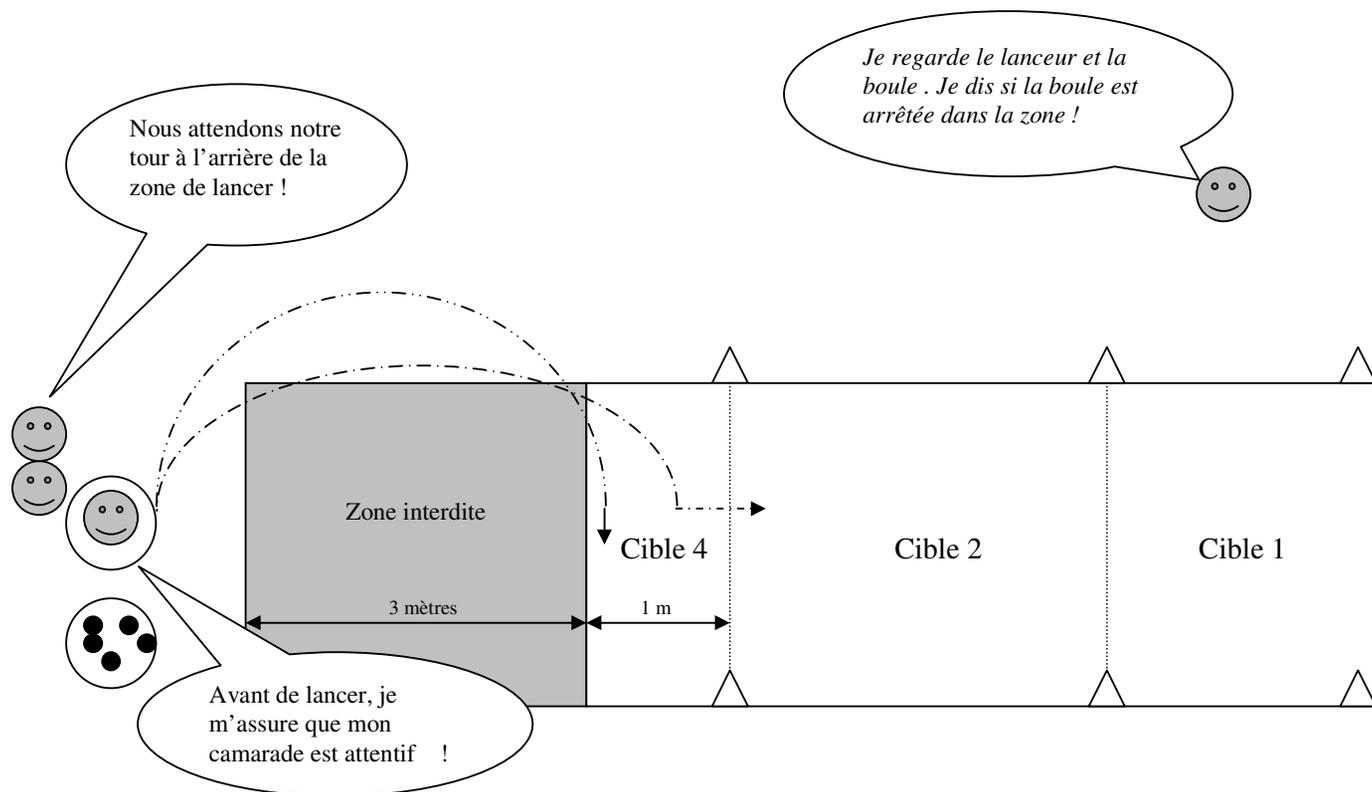
*Dominante  
POINTER*

### Objectif essentiel

- Adapter la hauteur de sa portée à la nature du terrain et à la distance de la cible à atteindre.

### Matériel

- 6 boules
- sol stabilisé, sable ...
- cônes ou plots
- 2 Cerceaux



### BUT DU JEU

Atteindre successivement la cible 1 , puis la cible 2, puis la cible 3 et enfin la cible 4.

### REGLES

- Pour marquer 1 point, il faut que la boule reste dans la cible visée.
- 1 point pour chaque cible atteinte (chaque cible ne rapporte 1 point qu'une seule fois !)
- On récupère les boules après les 6 lancers : elles sont alors posées dans le cerceau (et non lancées !)



### Pour gagner

Tenter d'atteindre 4 points

### Pour jouer autrement

2 contre 2 , chacun lance deux boules dans une cible choisie et annoncée avant les lancers .  
Gagnant : le binôme ayant marqué le plus de points

### Régulations possibles ...

19. Dimensions des différentes zones.
20. Imposer un *jet direct* dans la zone : le point est marqué si la boule reste dans la zone : pour apprendre à *plomber* une boule.

Fiche 7

Dominante  
POINTER

**Objectif essentiel**

- Lancer en précision , le plus près possible du bouchon
- Réinvestir les différents types de lancers

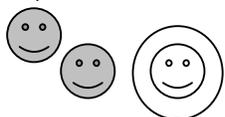
**Matériel**

- 6 boules
- sol stabilisé, sable ...
- un bouchon
- 2 Cerceaux

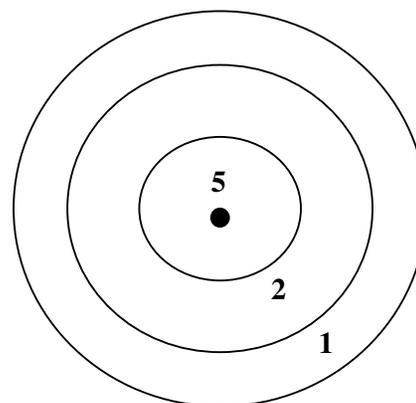
*Je compte les points !*



Nous attendons notre tour à l'arrière de la zone de lancer !



Avant de lancer, je m'assure que mon camarade est attentif !



**BUT DU JEU**

Lancer la boule le plus près possible du bouchon pour gagner le maximum de points.

**REGLES**

- 2 contre 2
- chacun lance deux boules
- 2 lancers consécutifs.
- On récupère les boules quand tout le monde a lancé : elles sont alors portées et posées dans le cerceau.



**Pour gagner**

Marquer plus de points que l'équipe adverse.

**régulations possibles ...**

21. Distances « cerceau – cible »
22. Position de la cible.

Fiche 8

Dominante  
POINTER

**Objectif essentiel**

- Lancer en précision, le plus près possible du bouchon
- Réinvestir les différents types de lancers

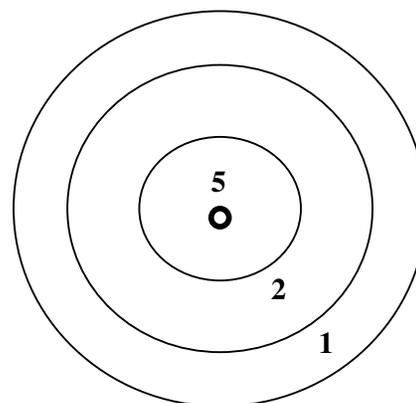
**Matériel**

- 10 boules
- sol stabilisé, sable ...
- un bouchon
- 2 Cerceaux

Je compte les points !

Nous attendons notre tour à l'arrière de la zone de lancer !

Avant de lancer, je m'assure que mon camarade est attentif !



**BUT DU JEU**

Lancer la boule le plus près possible du bouchon pour gagner le maximum de points et ceci malgré les boules obstacles disposées sur le terrain

**REGLES**

- 2 contre 2
- chacun lance deux boules
- 2 lancers consécutifs.
- On récupère les boules quand tout le monde a lancé : elles sont alors portées et posées dans le cerceau.



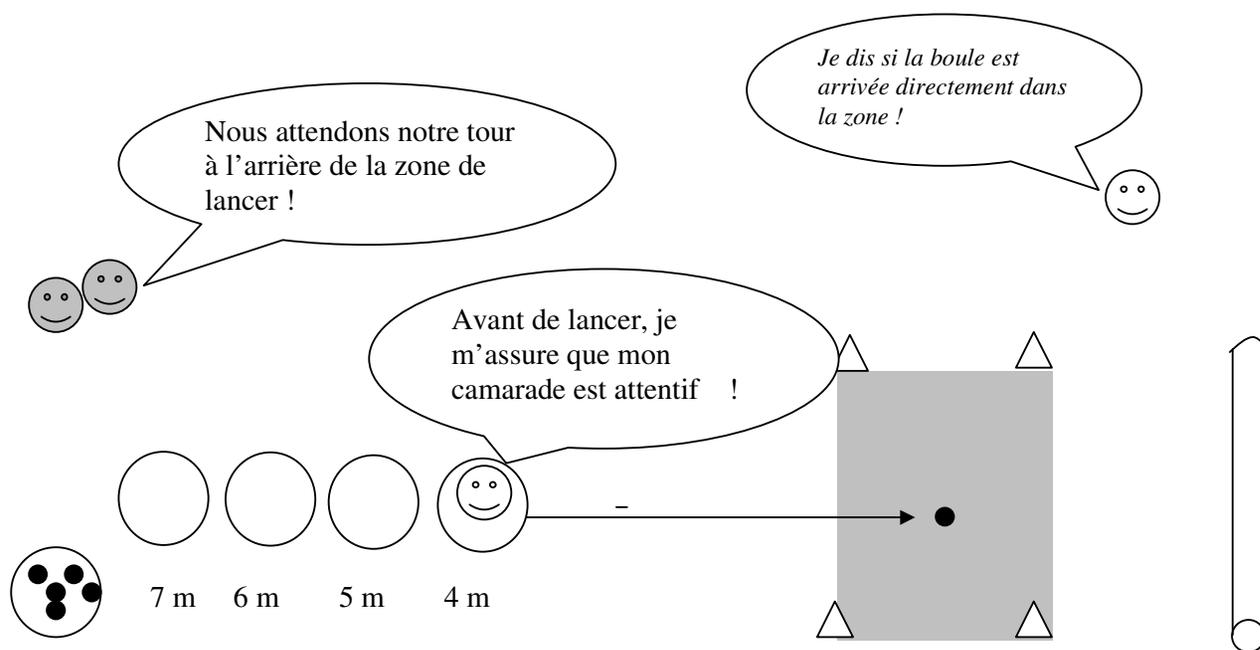
**Pour gagner**

Marquer plus de points que l'équipe adverse.

**Régulations possibles ...**

- 23. Distances « cerceau – cible », position des boules obstacles, ...
- 24. Position de la cible.

Fiche 9	Objectif essentiel	Matériel	
Dominante <b>TIRER</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Lancer</b> une boule directement dans une cible</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 8 boules (pour 4 enfants)</li> <li>• 1 rondin pour arrêter les boules</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 4 cônes ou plots</li> <li>• 3 Cerceaux</li> </ul>



**BUT DU JEU**

Atteindre la cible le plus souvent possible en 6 lancers consécutifs

**REGLES**

- Pour marquer 1 point, il faut que la boule arrive dans la cible **directement** sans toucher le sol auparavant
- On récupère les boules après les 6 lancers : elles sont alors posées dans le cerceau (et non

**😊 Pour gagner**

Marquer le maximum de points

- ↪ Individuellement
- ↪ Par équipe de 3 ou 4

**Pour jouer autrement**

2 contre 2, lancer chacun deux boules pour marquer plus de points que le binôme adverse.

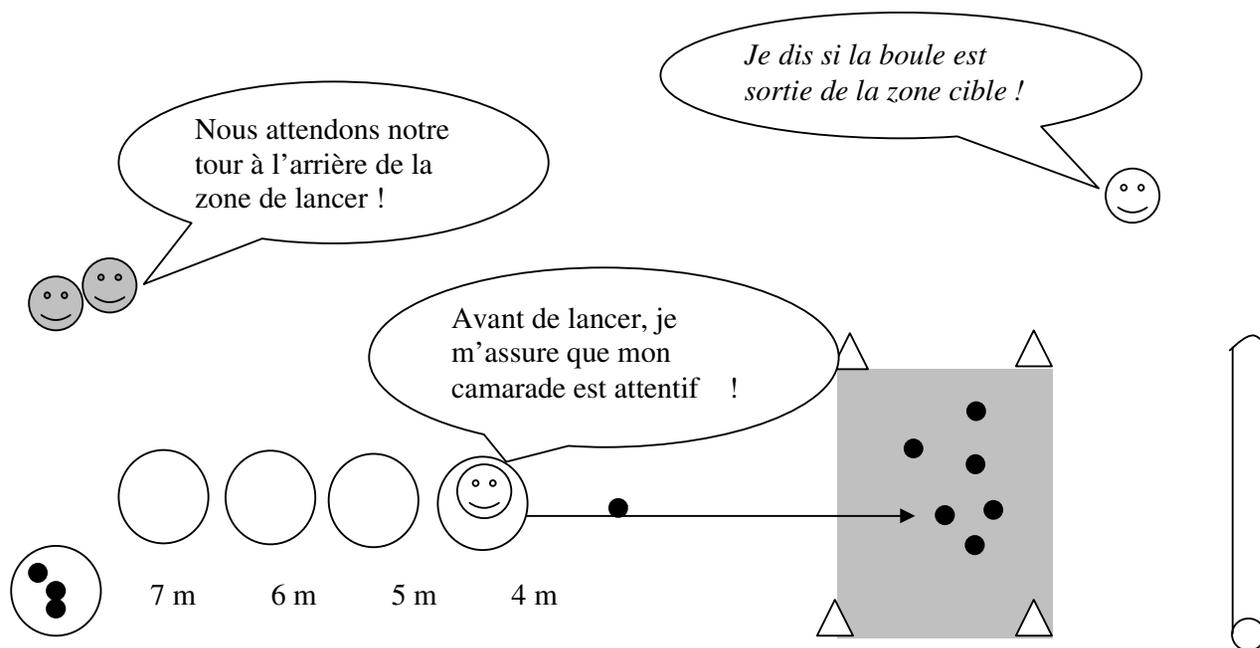
**régulations possibles ...**

25. Distance « cerceau-cible » ... pour adapter la puissance du lancer (4, 5, 6, 7 m).

26. Taille de la cible ... pour adapter la précision du lancer (de 1m à 30 cm)

27. Cible avec ou sans boule au centre (3 points si on touche la boule directement, 2 points si on la touche après « rebond »)

Fiche 10	<b>Objectif essentiel</b>	<b>Matériel</b>
<i>Dominante TIRER</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Lancer</b> une boule directement dans une cible pour <b>chasser</b> les boules adverses</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 12 boules (pour 4 enfants)</li> <li>• 1 rondin pour arrêter les boules</li> <li>• 4 cônes ou plots</li> <li>• 5 cerceaux</li> </ul>



**BUT DU JEU**

Sortir le plus de boules de la cible en 4 lancers consécutifs.

**REGLES**

- Pour marquer 1 point, il faut que la boule touchée sorte de la cible.
- Un même tir peut faire sortir plusieurs boules
- On récupère les boules après les 4 lancers : elles sont alors posées dans le cerceau (et non lancées !)

**pour gagner**

Marquer le maximum de points

- ↪ Individuellement
- ↪ Par équipe de 3 ou 4

**Pour jouer autrement**

2 contre 2, lancer chacun deux boules pour marquer plus de points que le binôme adverse.

**Régulations possibles ...**

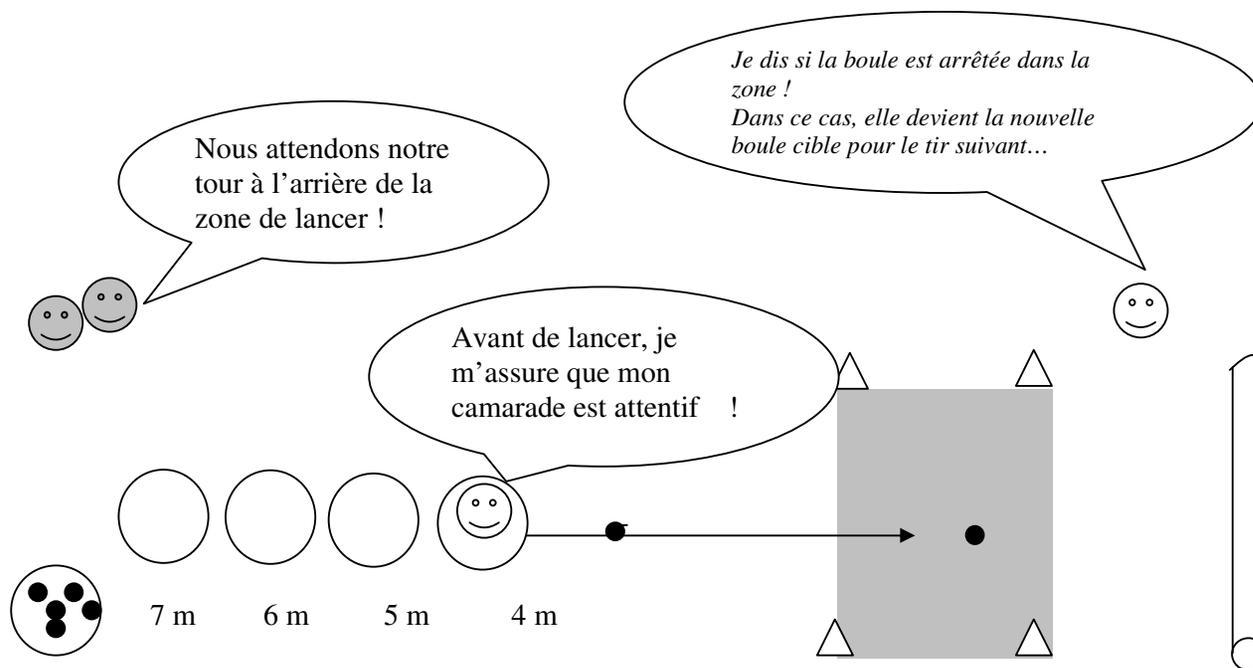
28. Distance « cerceau-cible » ... pour adapter la puissance du lancer (4, 5, 6, 7 m).

29. Taille de la cible ... pour adapter la précision du lancer (de 1m à 30 cm)

30. Forme de la cible (triangle pointe dirigée vers le tireur, cercle...)

31. Disposition des boules dans la cible (écartées, les unes à côté des autres, ou serrées, les unes devant les autres, favorisant la « multi-éjection »)

Fiche 11	<b>Objectif essentiel</b>	<b>Matériel</b>
<i>Dominante</i> <b>TIRER</b>	<b>Lancer</b> une boule pour <b>chasser</b> une boule adverse <b>en faisant rester sa boule dans la cible</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 12 boules (pour 4 enfants)</li> <li>• 1 rondin pour arrêter les boules</li> <li>• 4 cônes ou plots</li> <li>• 5 Cerceaux</li> </ul>



**BUT DU JEU**

Sortir le plus de boules de la cible en 6 lancers consécutifs.

**REGLES**

- Pour marquer 1 point, il faut que la boule touchée sorte de la cible et que la boule lancée reste dans la cible
- On récupère les boules après les 6 lancers : elles sont alors posées dans le cerceau (et non lancées !)

**😊 Pour gagner**

Marquer le maximum de points

- ↳ Individuellement
- ↳ Par équipe de 3 ou 4

**Pour jouer autrement**

2 contre 2, lancer chacun deux boules pour marquer plus de points que le binôme adverse.

**Régulations possibles ...**

32. Distance « cerceau-cible » ... pour adapter la puissance du lancer (4, 5, 6, 7 m).

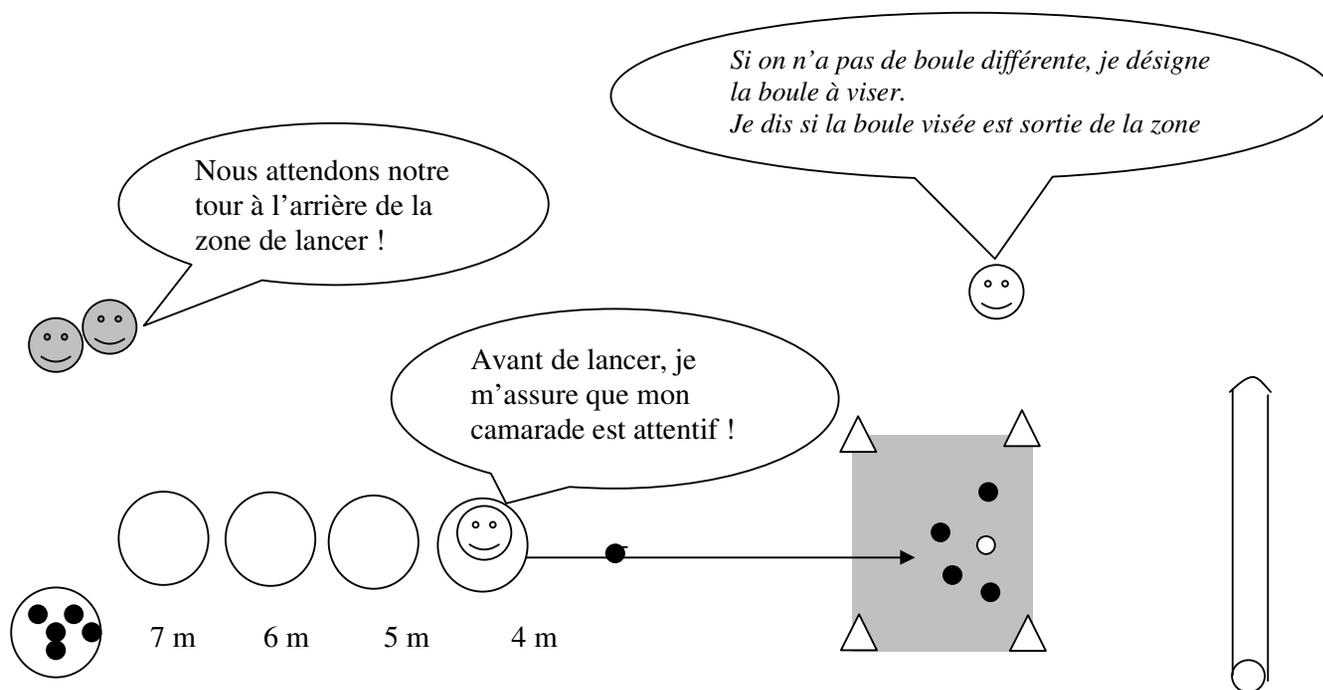
33. Taille de la cible ... pour adapter la précision du lancer (de 1m à 30 cm) (grande cible = difficile, petite cible = facile)

34. Disposition de la boule dans la cible (plus ou moins près du fond de la cible)

35. Type de tir imposé ou non : on peut tirer au fer (la boule touche l'autre directement = 2 points) ou à la rafle (la boule touche le sol puis roule et vient éjecter l'autre = 1 point)

36. Variantes pour favoriser la réussite et encourager l'élève : je marque 2 points si je sors la boule adverse et si la mienne reste dans la cible, 1 point si je sors la boule adverse et si ma boule ne reste pas dans la cible.

Fiche 12	<b>Objectif essentiel</b>	<b>Matériel</b>
<i>Dominante TIRER</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Lancer</b> une boule pour <b>chasser</b> une boule adverse sans toucher les autres boules</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 12 boules (pour 4 enfants) dont 1 différente si possible</li> <li>• 1 rondin pour arrêter les boules</li> <li>• 4 cônes ou plots</li> <li>• 5 cerceaux</li> </ul>



**BUT DU JEU**

Sortir le plus de boules de la cible sur 6 lancers consécutifs.

**REGLES**

- Pour marquer 1 point, il faut expulser la boule désignée de la cible
- On récupère les boules après les 6 lancers : elles sont alors posées dans le cerceau (et non lancées !)

😊 **Pour gagner**

Marquer le maximum de points

- ↪ Individuellement
- ↪ Par équipe de 3 ou 4

**Pour jouer autrement**

2 contre 2, lancer chacun deux boules pour marquer plus de points que le binôme adverse.

- régulations possibles ...**
37. Distance « cerceau-cible » ... pour adapter la puissance du lancer (4, 5, 6, 7 m).
  38. Espacement des boules dans la cible (grand espacement = facile, boules rapprochées = difficile)
  39. Disposition de la boule dans la cible (devant ou derrière les autres boules, ou au centre)
  40. Type de tir imposé ou non : on peut tirer au fer (la boule touche l'autre directement) ou à la raifle (la boule touche le sol puis roule et vient éjecter l'autre)
  41. Variantes pour favoriser la réussite et encourager l'élève : je marque 2 points si je sors la boule adverse et si la mienne reste dans la cible, 1 point si je sors la boule adverse et si ma boule ne reste pas dans la cible.

