



Formation CPC Haute-Garonne L'UNION – juillet 2018

Contenu de formation

1. PRÉSENTATION DU SPORT-BOULES
2. LE SPORT-BOULES POUR LES ENFANTS
3. LES 2 TECHNIQUES DE LANCER
4. MÉTHODE D'APPRENTISSAGE ADAPTÉE AUX 6 - 11 ANS
5. L'ORGANISATION DES SÉANCES D'INITIATION SCOLAIRE
6. BIBLIOTHÈQUE DE JEUX

1. Présentation du sport-boules

HISTORIQUE

- ➔ Ecrits sur le jeu de boules au Moyen-âge
- ➔ Début du XX^e s., structuration de la pratique en région Lyonnaise
- ➔ 1922 : Naissance de la Fédération (UNFB)
- ➔ 1976 : Changement d'appellation : Fédération Française du Sport-Boules
- ➔ 1980 : Modernisation de la pratique : création des épreuves sportives
- ➔ 1981 : Reconnaissance du ministère

1. Présentation du sport-boules

Le sport-boules est une discipline de lancers de précision.

Il propose 2 familles d'épreuves officielles :

épreuves dites « traditionnelles » :

règles de jeu similaires aux parties de « pétanque »

épreuves sportives ou épreuves de tir :

Oppositions plus courtes, plus physiques, plus dynamiques

1. Les aires de jeu et les boules

Les épreuves se déroulent sur des terrains normés et délimités par des lignes.

Pour toutes les épreuves, les distances de jeu varient de 12,50 m à 17,50 m

Les boules utilisées sont plus grosses et plus lourdes que les boules de « pétanque »

90-100 mm vs 75 mm

1000 g vs 700 g

Contenu de formation

1. PRÉSENTATION DU SPORT-BOULES
2. LE SPORT-BOULES POUR LES ENFANTS
3. LES 2 TECHNIQUES DE LANCER
4. MÉTHODE D'APPRENTISSAGE ADAPTÉE AUX 6 - 11 ANS
5. L'ORGANISATION DES SÉANCES D'INITIATION SCOLAIRE
6. BIBLIOTHÈQUE DE JEUX

2. Le sport-boules pour les enfants

Les enfants peuvent s'initier **dès 6-7 ans**

Les **animations** proposées doivent être **ludiques**

Les **distances** de jeu sont **réduites**

Les **boules** sont **adaptées** à leur morphologie

Du **matériel pédagogique** est nécessaire

2. Le sport-boules pour les enfants

Action réalisée en
Décembre 2016 au
CREPS de
Montpellier



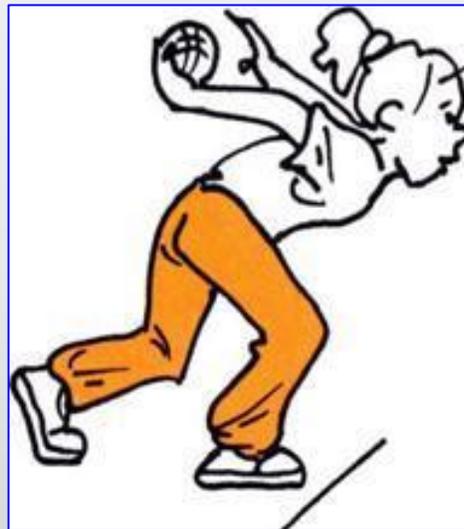
Contenu de formation

1. PRÉSENTATION DU SPORT-BOULES
2. LE SPORT-BOULES POUR LES ENFANTS
3. LES 2 TECHNIQUES DE LANCER
4. MÉTHODE D'APPRENTISSAGE ADAPTÉE AUX 6 - 11 ANS
5. L'ORGANISATION DES SÉANCES D'INITIATION SCOLAIRE
6. BIBLIOTHÈQUE DE JEUX

3. Les 2 techniques de lancer

➔ Le POINT

Faire une rouler une boule avec l'objectif de l'immobiliser dans une zone ou à proximité d'une cible.

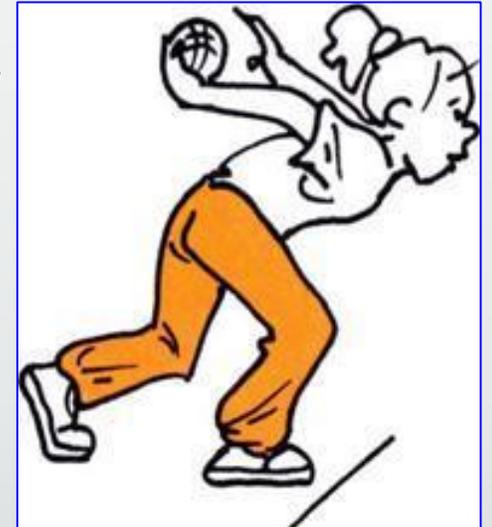


3. Les 2 techniques de lancer

Le POINT

quelques fondamentaux :

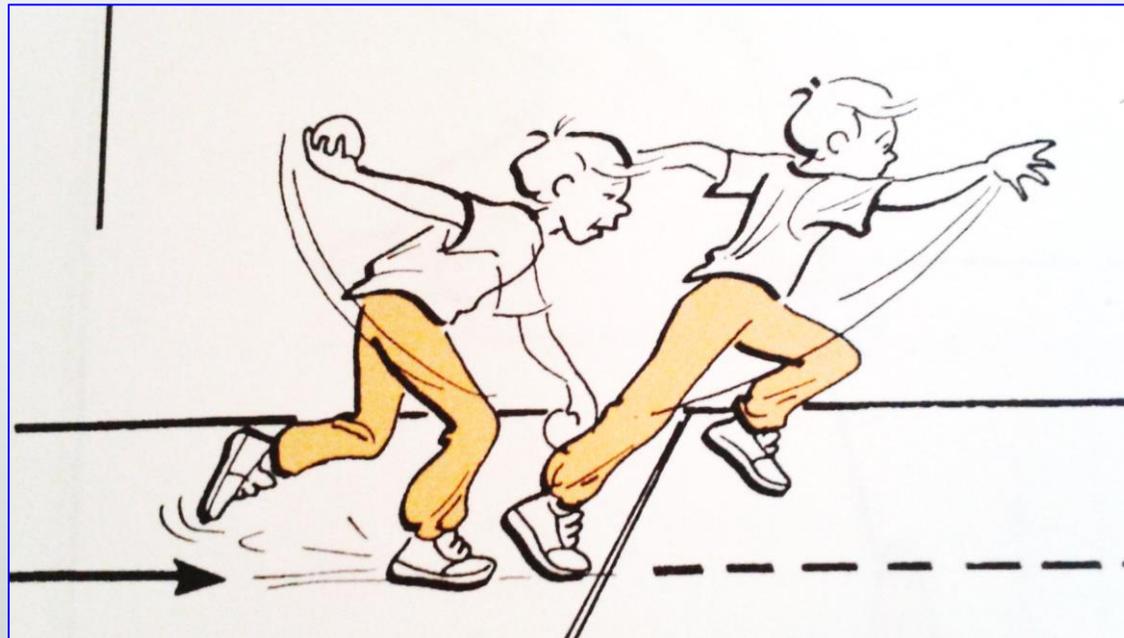
- Le joueur est placé derrière la ligne de jeu (**un pied devant l'autre**)
- **Bras tendu** pendant toute la durée de l'action
- **Courir** après la boule



3. Les 2 techniques de lancer

→ Le TIR

Courir et lancer une boule avec une trajectoire aérienne afin qu'elle touche une cible.



3. Les 2 techniques de lancer

Le TIR

Le tireur « adulte » dispose de 7,50m d'élan.

Il doit lancer la boule avant la ligne.

Pour que le tir soit réussi, l'impact au sol de la boule lancée doit se situer à moins de 50cm de la cible.



3. Les 2 techniques de lancer

Le TIR chez les ENFANTS

L'enfant doit prendre 4 à 5 mètres d'élan...

...Il doit courir en direction de la cible visée...

... puis lancer la boule en l'air avant d'avoir dépassé la ligne de jeu...

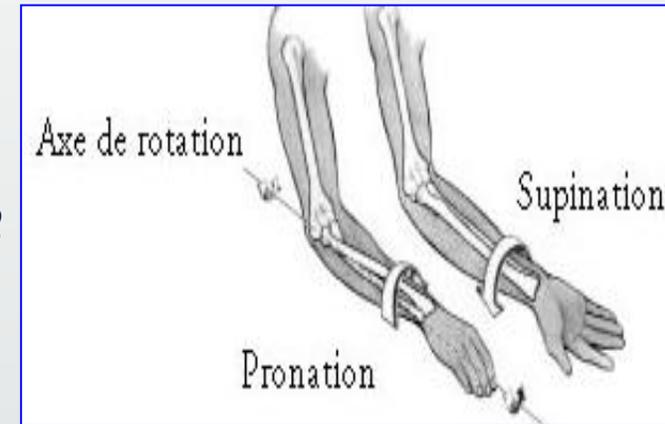
... continuer à courir après avoir lancer la boule.

3. Les 2 techniques de lancer

POSITION DU POIGNET :

Pronation, supination ou intermédiaire ?

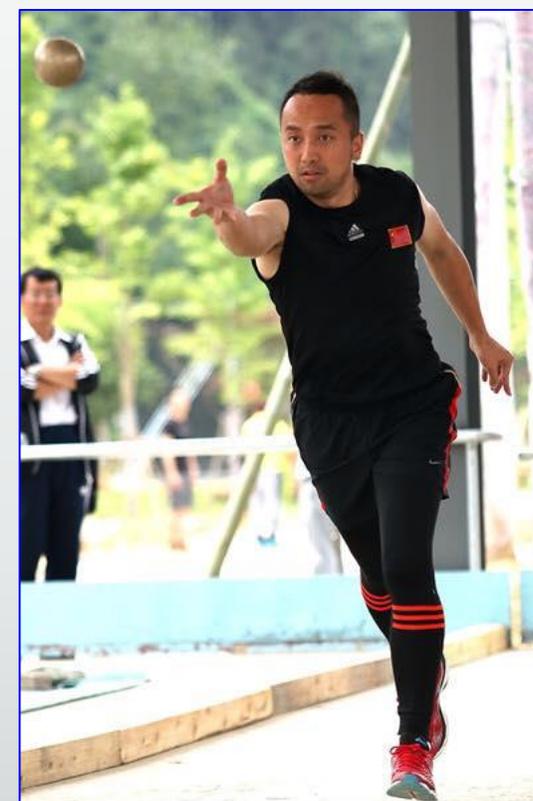
- Réglementairement, les 3 sont autorisées
- Au tir, la technique « boule sur main » (= poignet en supination) permet de compenser un déficit de force pour les débutants et les petits gabarits.
- Cependant, elle est plus risquée car si l'apprenant n'ouvre pas la main au bon moment ou fléchit son coude, la boule peut être lancée à la verticale !



3. Les 2 techniques de lancer

POSITION DU POIGNET :

Pronation, supination ou intermédiaire ?



Contenu de formation

1. PRÉSENTATION DU SPORT-BOULES
2. LE SPORT-BOULES POUR LES ENFANTS
3. LES 2 TECHNIQUES DE LANCER
4. MÉTHODE D'APPRENTISSAGE ADAPTÉE AUX 6 - 11 ANS
5. L'ORGANISATION DES SÉANCES D'INITIATION SCOLAIRE
6. BIBLIOTHÈQUE DE JEUX

4. Méthode d'apprentissage

Pour des publics de 6 à 11 ans,

nous recommandons l'APPRENTISSAGE GLOBAL

➔ Mettre les apprenants en action avec un minimum de consignes (2 ou 3)

Intérêt : Permet aux enfants de s'exprimer rapidement dans l'activité

Exemple : Courir et lancer une boule en l'air sans interrompre sa course

4. Méthode d'apprentissage

Pour des publics de 6 à 11 ans,
nous recommandons d'aborder le POINT avant le TIR

Intérêts :

Plus facile à maîtriser pour les enfants

Sécurité assurée

Contenu de formation

1. PRÉSENTATION DU SPORT-BOULES
2. LE SPORT-BOULES POUR LES ENFANTS
3. LES 2 TECHNIQUES DE LANCER
4. MÉTHODE D'APPRENTISSAGE ADAPTÉE AUX 6 - 11 ANS
5. L'ORGANISATION DES SÉANCES D'INITIATION SCOLAIRE
6. BIBLIOTHÈQUE DE JEUX

5. L'organisation des séances

L'ORGANISATION PROPOSÉE DOIT PRIORITAIREMENT :

1. Garantir la sécurité des pratiquants ...

- 1 seule boule par terrain et par groupe
- 1 zone de sécurité entre chaque atelier de tir

5. L'organisation des séances

L'ORGANISATION PROPOSÉE DOIT PRIORITAIREMENT :

2. Privilégier le ludique ...

L'enseignant doit varier les situations en alternant entre :

- des oppositions directes sur le même terrain :
« morpion », jeu de l'oie, remplissage damier...
- et indirectes sur 2 terrains distincts :
objectifs à atteindre, score à réaliser, meilleure score sur une durée imposée

5. L'organisation des séances

L'ORGANISATION PROPOSÉE DOIT PRIORITAIREMENT :

3. Assurer une réussite minimale en :

- adaptant les exercices proposés au niveau des pratiquants ;
- jouant sur la taille des cibles ou des zones ;
- régulant les distances de jeu si nécessaire.

5. L'organisation des séances

ORGANISATION MATÉRIELLE :

- 1 groupe d'élèves par terrain (6-7 enfants)
 - 1 à 3 boules molles par groupe
 - 8 plots servant de cibles de tir
- 12 coupelles pour délimiter les zones et valider les réussites

5. L'organisation des séances

ORGANISATION MATÉRIELLE :

Les terrains peuvent être installés :

- dans les **cours d'école** ;
- sur un **parquet de gymnase** ;
- sur un **sol carrelé**.

Attention, il faut vérifier que les sols soient plats, en faisant rouler quelques boules et en observant leurs trajectoires.

5. L'organisation des séances

ORGANISATION MATÉRIELLE :



5. L'organisation des séances

PRÉCONISATIONS DISTANCES DE JEU :

Classes	Distances POINT et TIR
CM2	9 m
CM1	8,5 m
CE2	8 m
CE1	7,5 m
CP	7 m

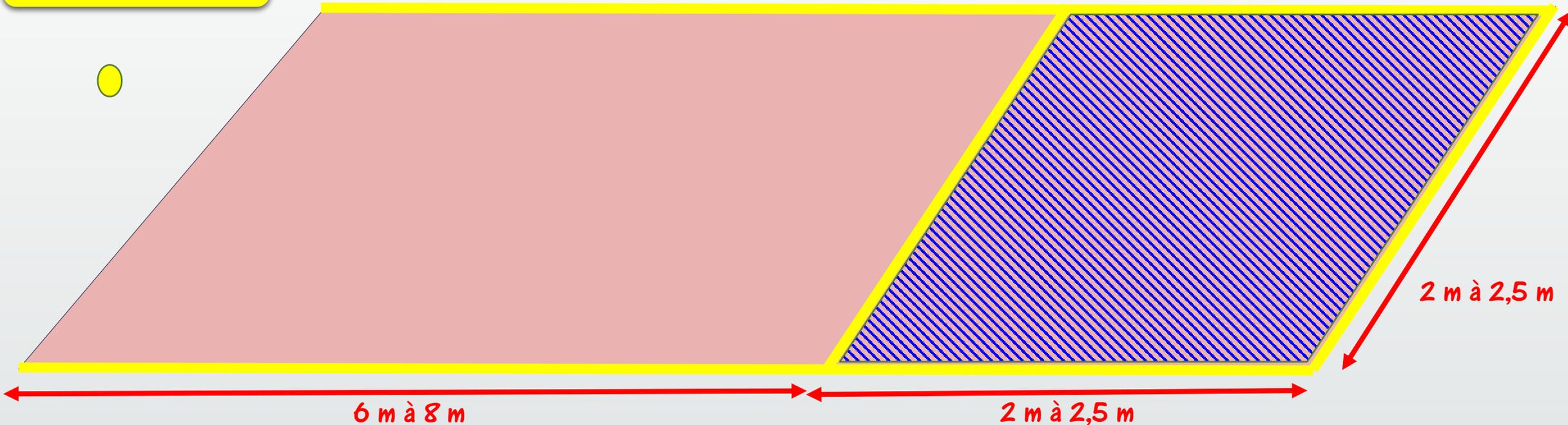
Contenu de formation

1. PRÉSENTATION DU SPORT-BOULES
2. LE SPORT-BOULES POUR LES ENFANTS
3. LES 2 TECHNIQUES DE LANCER
4. MÉTHODE D'APPRENTISSAGE ADAPTÉE AUX 6 - 11 ANS
5. L'ORGANISATION DES SÉANCES D'INITIATION SCOLAIRE
6. BIBLIOTHÈQUE DE JEUX

6. Bibliothèque de jeux de POINT



Jeu n°1



Arrêter sa boule dans le rectangle pour marquer 1 point.
Exemple de manche : « 1^{ère} équipe à marquer 8 pts »

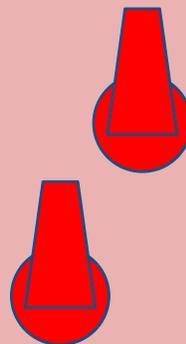
6. Bibliothèque de jeux de POINT



Jeu n°1 A



2 plots « obstacle »
pouvant dévier la boule

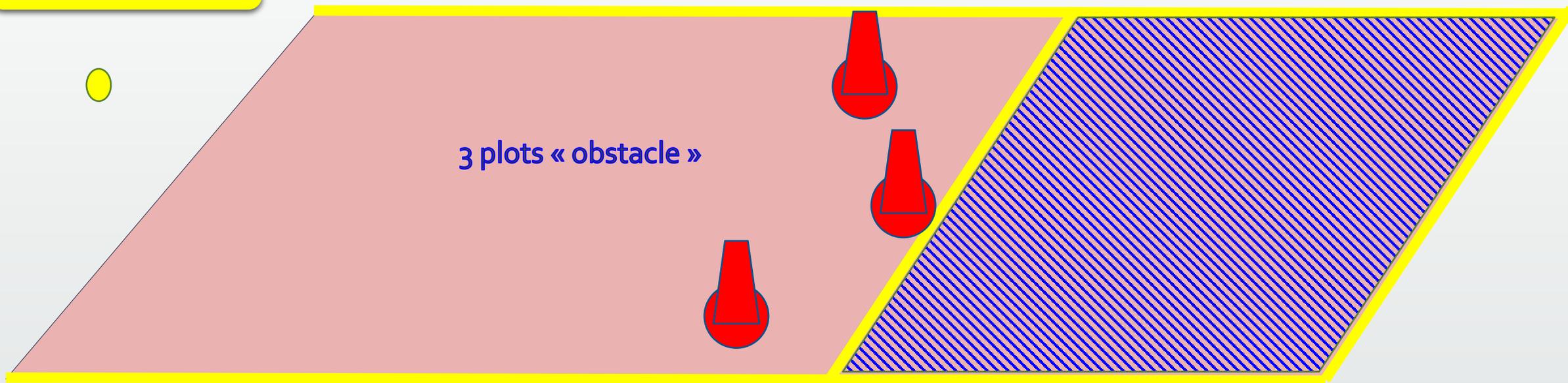


Arrêter sa boule dans le rectangle pour marquer 1 pt

6. Bibliothèque de jeux de POINT



Jeu n°1 B

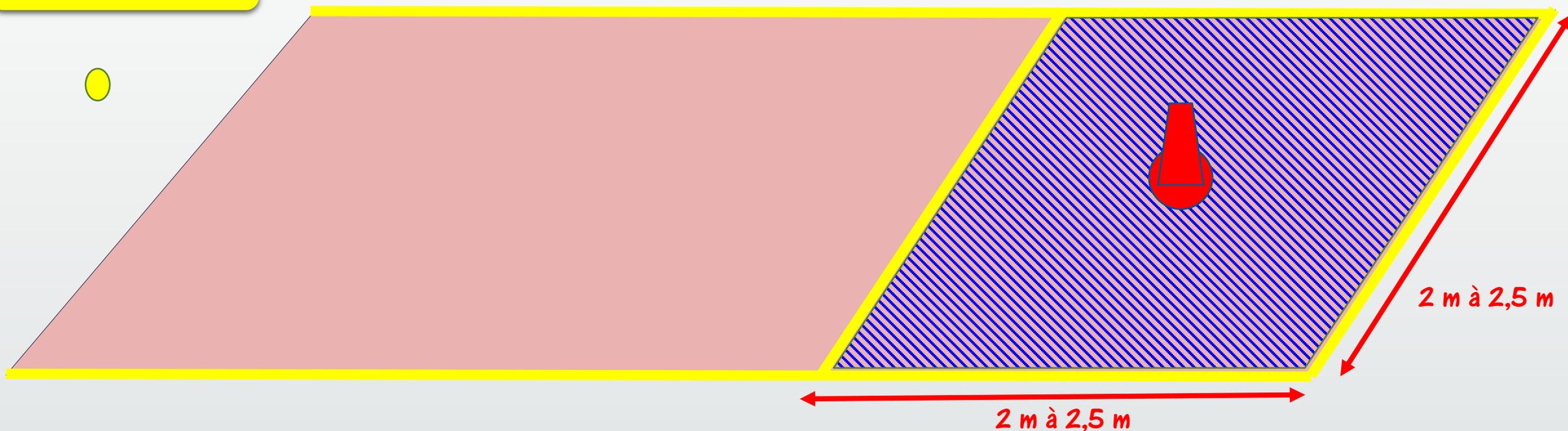


Arrêter sa boule dans le rectangle pour marquer 1 pt

6. Bibliothèque de jeux de POINT



Jeu n°1 C



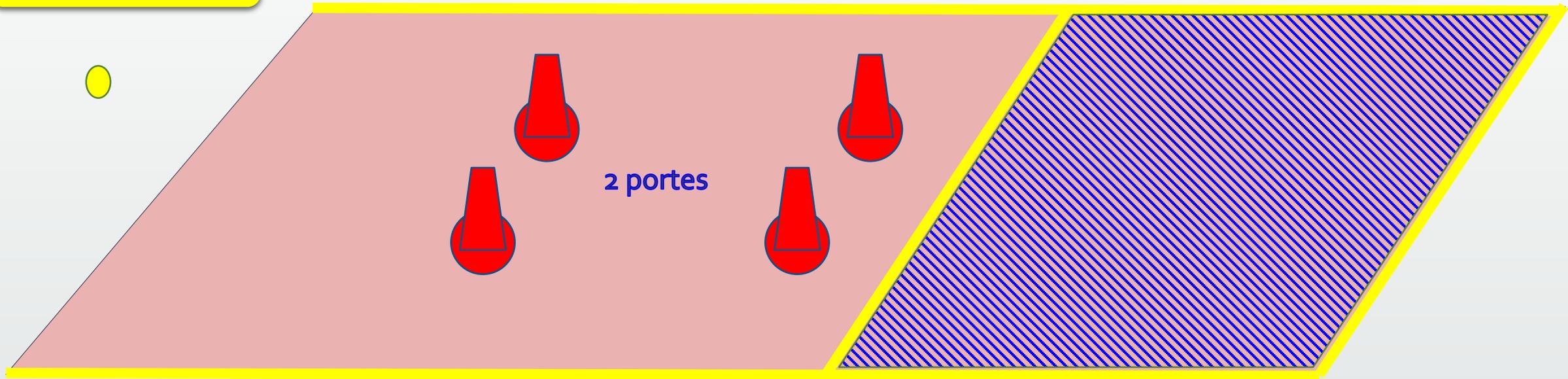
Arrêter sa boule dans le rectangle en touchant le plot pour marquer 1 point.

Exemple de manche : « 1^{ère} équipe à marquer 1 point »

6. Bibliothèque de jeux de POINT



Jeu n°1 D

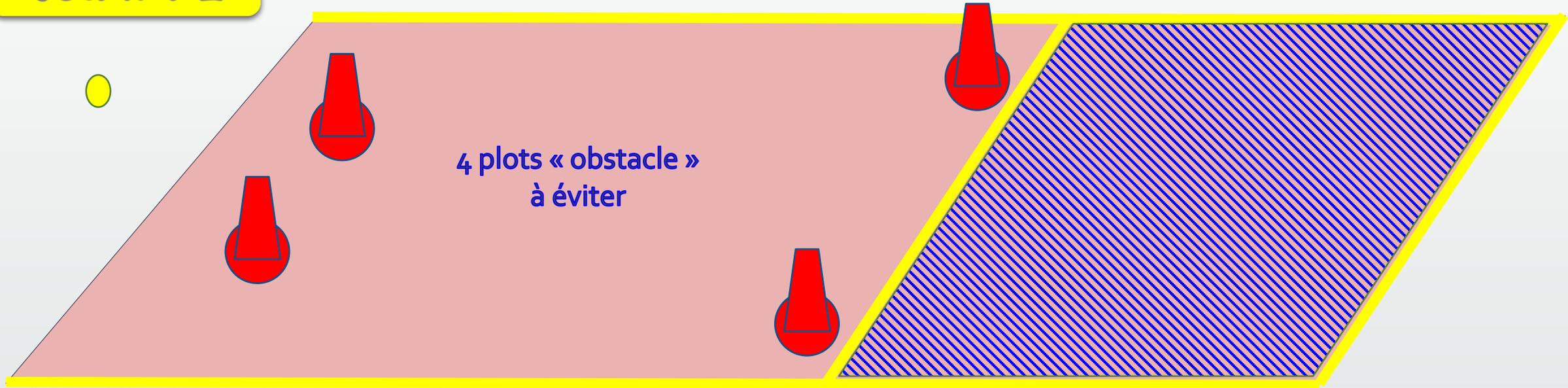


Arrêter sa boule dans le rectangle pour marquer 1 pt
La boule doit obligatoirement passer entre les 2 portes

6. Bibliothèque de jeux de POINT

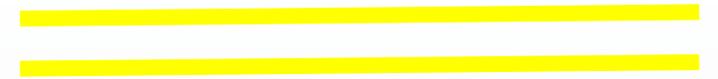


Jeu n°1 E

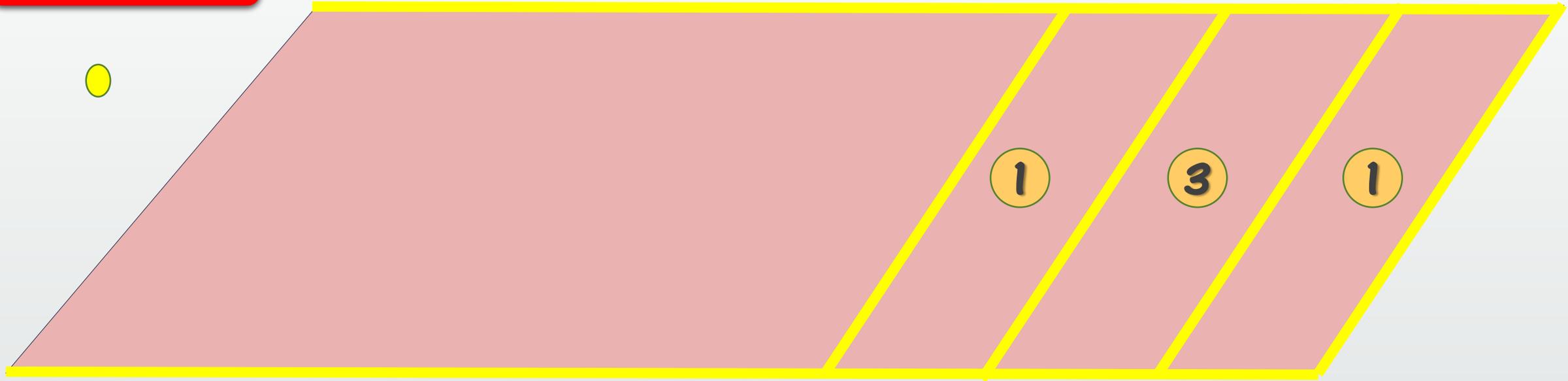


Arrêter sa boule dans le rectangle pour marquer 1 pt
plot touché = retrait 1 pt

6. Bibliothèque de jeux de POINT



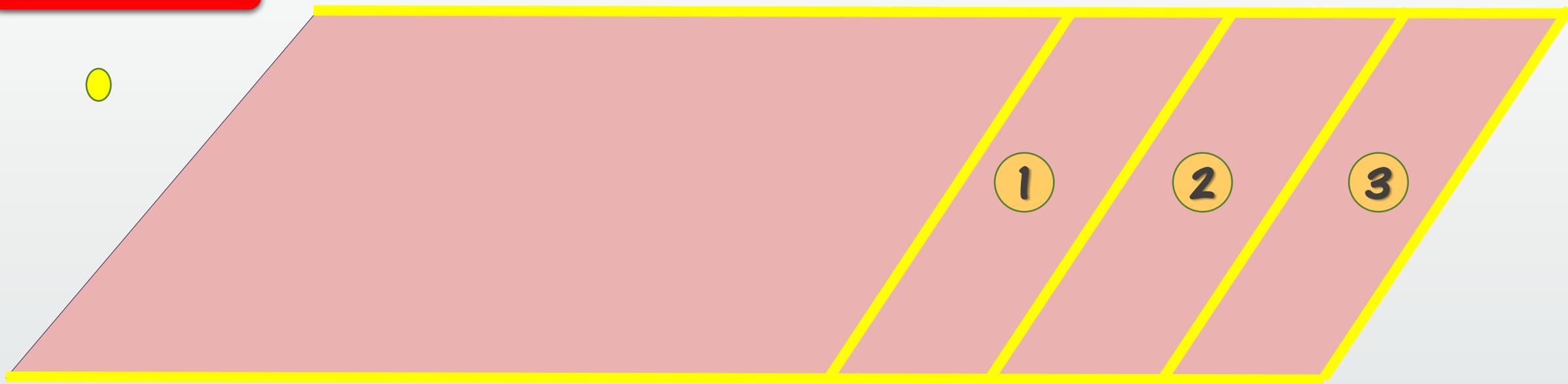
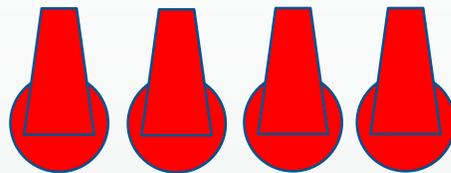
Jeu n°2



Arrêter sa boule dans l'un des 3 rectangles pour marquer 1 ou 3 pts
Exemple de manche : « marquer le + de pts en 4 minutes »

6. Bibliothèque de jeux de POINT

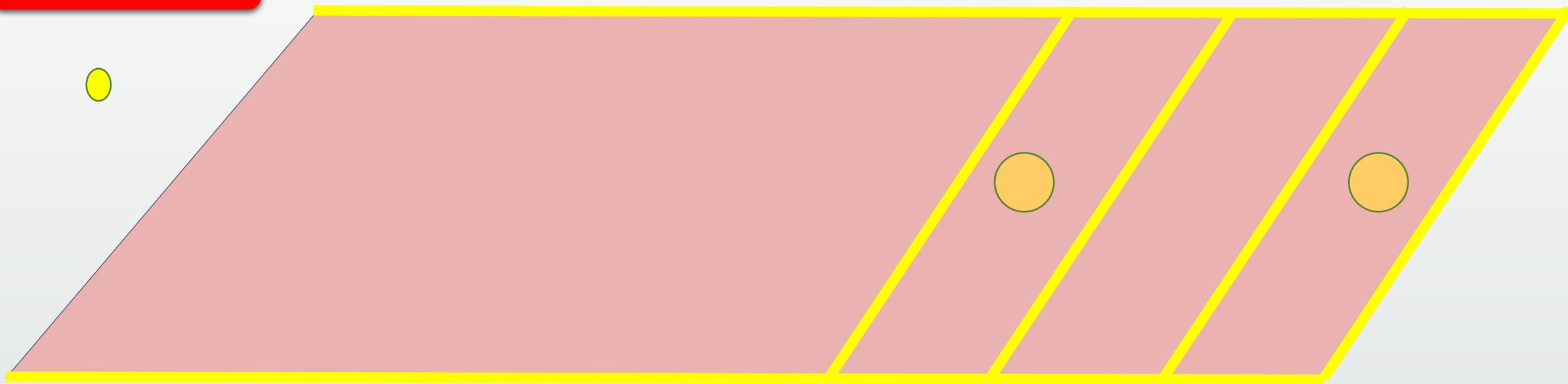
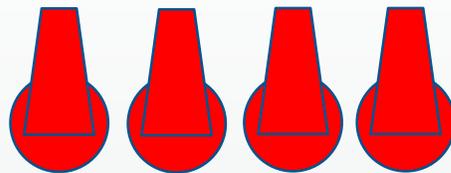
Jeu n°2 A



Arrêter sa boule dans l'un des 3 rectangles pour marquer 1 ou 3 pts

6. Bibliothèque de jeux de POINT

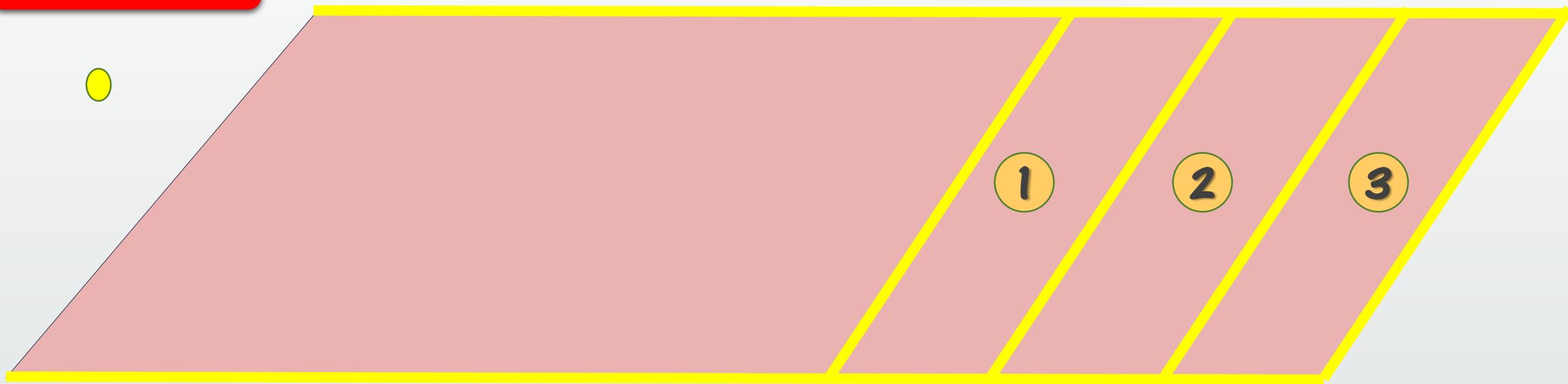
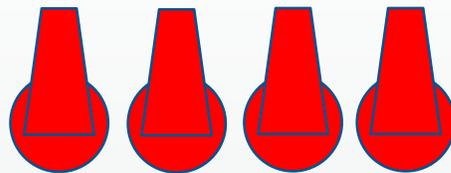
Jeu n°2 B



Arrêter sa boule dans l'un des 3 rectangles pour le valider.
***Exemple de manche* : « 1^{ère} équipe à valider les 3 rectangles (ordre aléatoire) »**

6. Bibliothèque de jeux de POINT

Jeu n°2 C

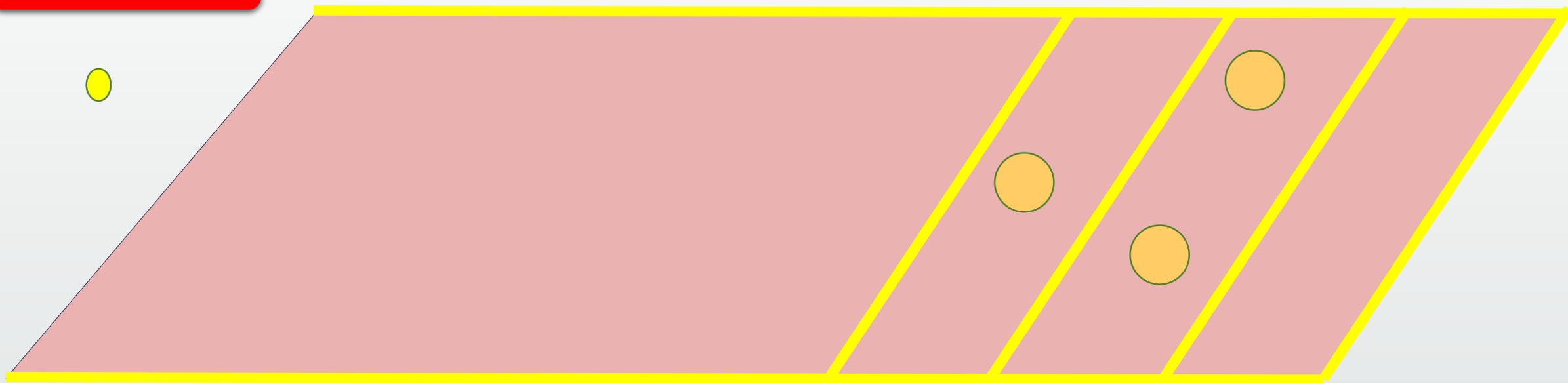
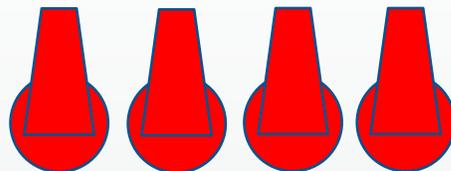


Arrêter sa boule dans l'un des 3 rectangles pour le valider
Exemple de manche : « 1^{ère} équipe à valider les 3 rectangles dans l'ordre imposé »

6. Bibliothèque de jeux de POINT



Jeu n°2 D

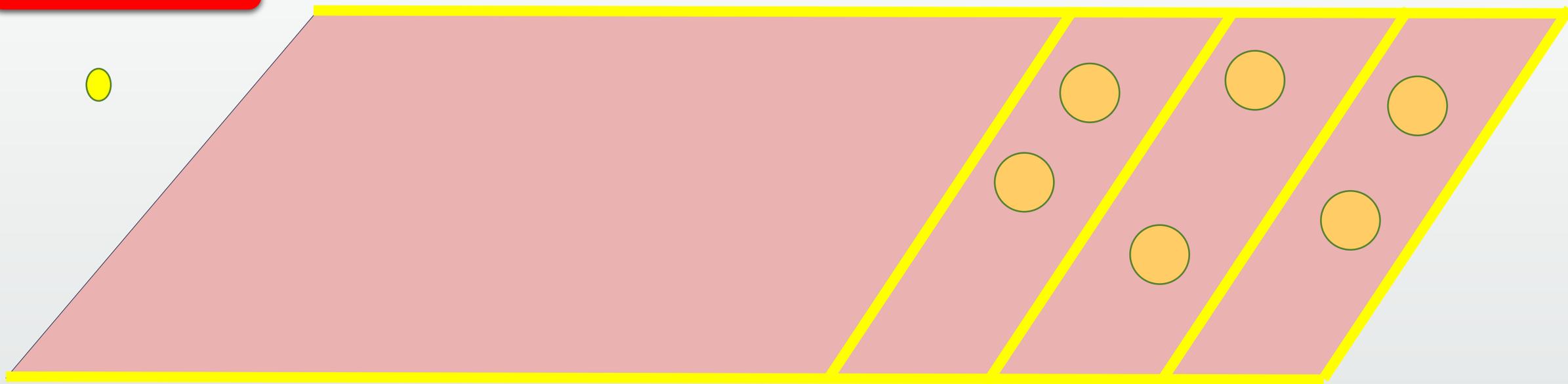
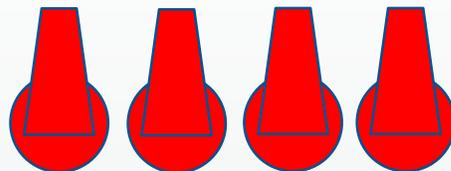


Arrêter sa boule dans l'un des 3 rectangles pour placer une pastille.
Exemple de manche : « 1^{ère} équipe à placer 6 pastilles »

6. Bibliothèque de jeux de POINT

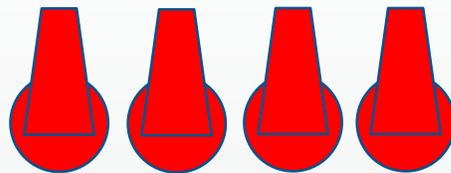


Jeu n°2 E

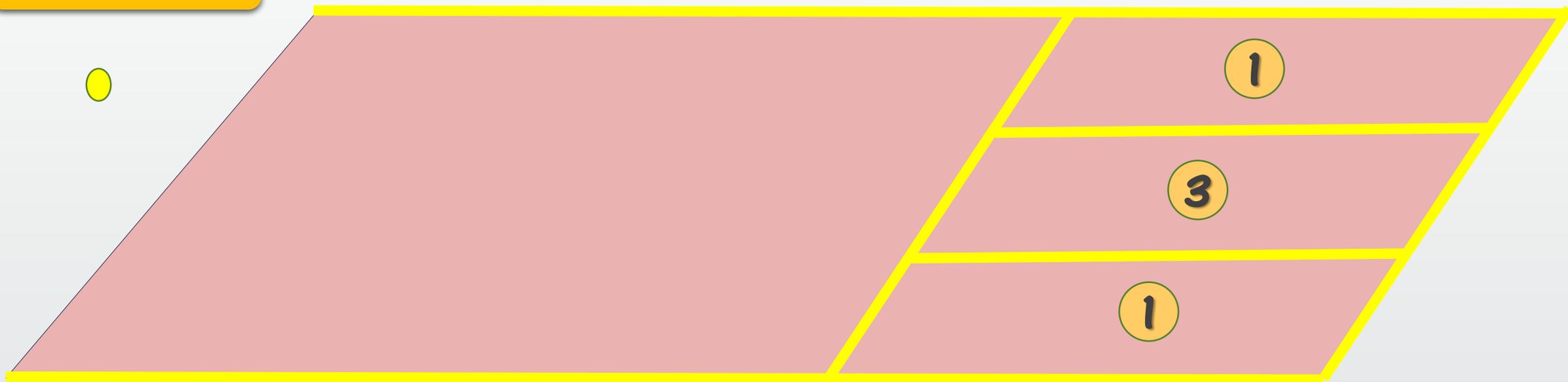


Arrêter sa boule dans l'un des 3 rectangles pour placer une pastille
Exemple de manche : « 1^{ère} équipe à placer 2 pastilles par rectangle »

6. Bibliothèque de jeux de POINT



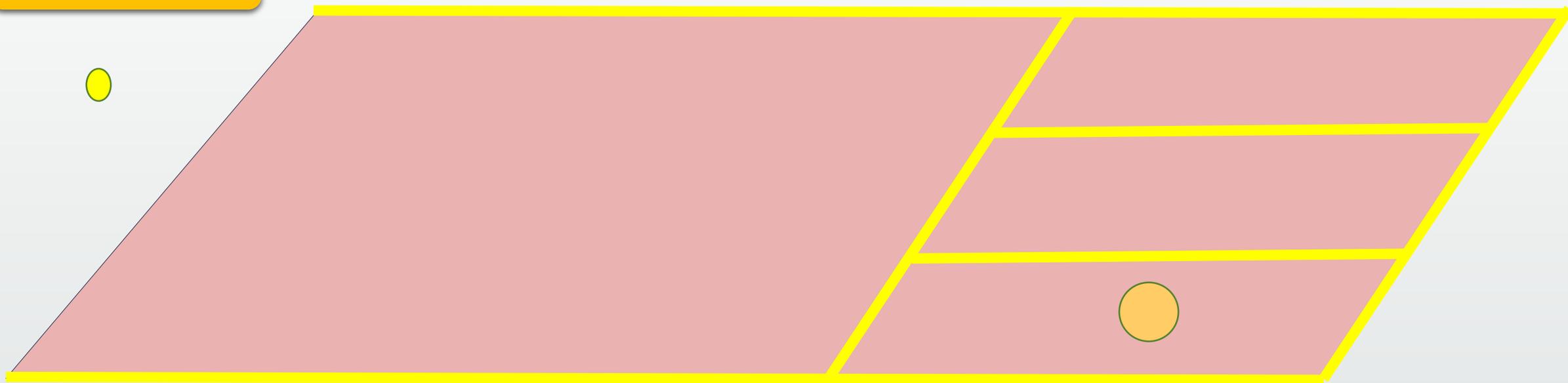
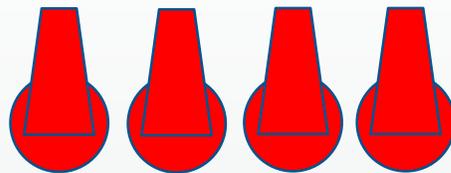
Jeu n°3



Arrêter sa boule dans l'un des 3 rectangles pour marquer 1 ou 3 pts

6. Bibliothèque de jeux de POINT

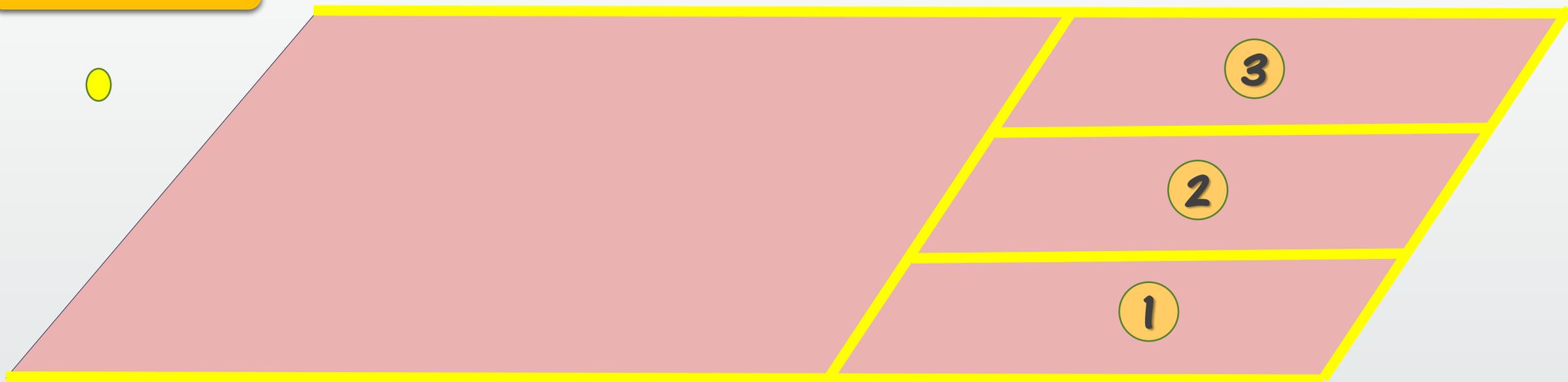
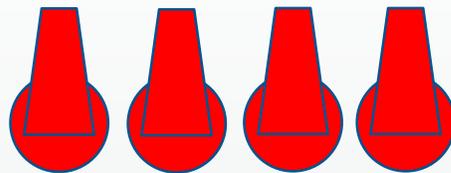
Jeu n°3 A



Arrêter sa boule dans l'un des 3 rectangles pour le valider.
***Exemple de manche* : « 1^{ère} équipe à valider les 3 rectangles (ordre aléatoire) »**

6. Bibliothèque de jeux de POINT

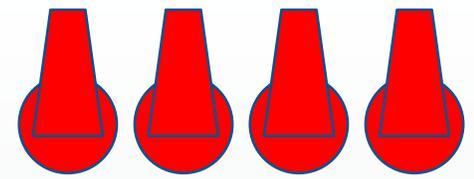
Jeu n°3 B



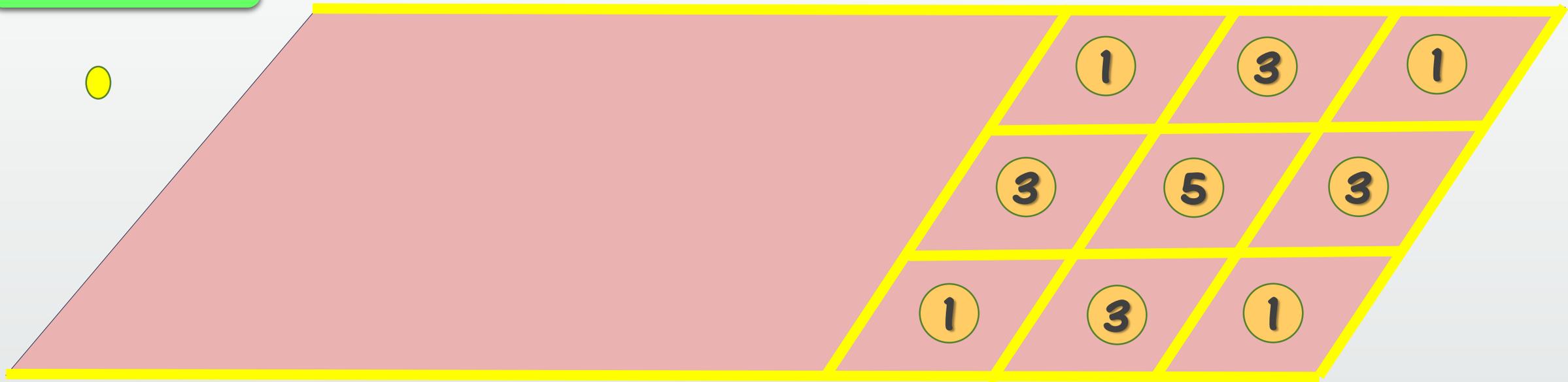
Arrêter sa boule dans un rectangle pour le valider.

Exemple de manche : « 1^{ère} équipe à valider les 3 rectangles dans l'ordre imposé »

6. Bibliothèque de jeux de POINT

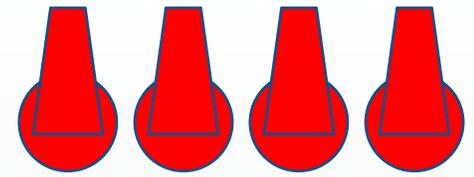


Jeu n°4

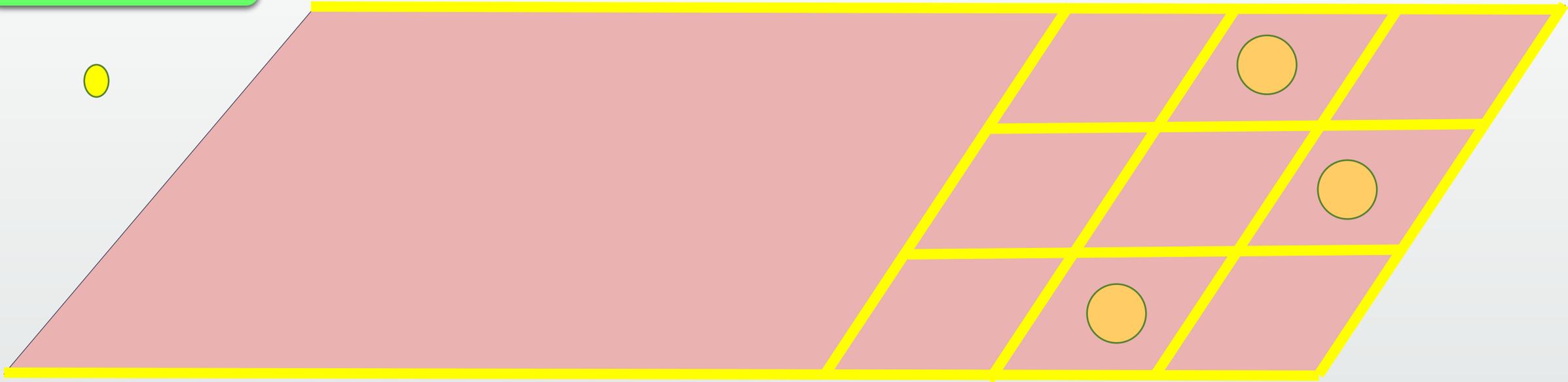


Arrêter sa boule dans l'une des 9 cases pour marquer des pts
Exemple de manche : « marquer le + de pts en 5 minutes »

6. Bibliothèque de jeux de POINT

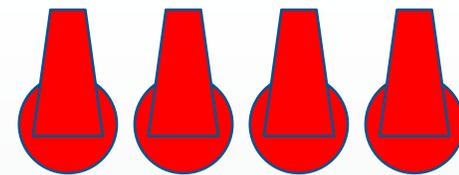


Jeu n°4 A

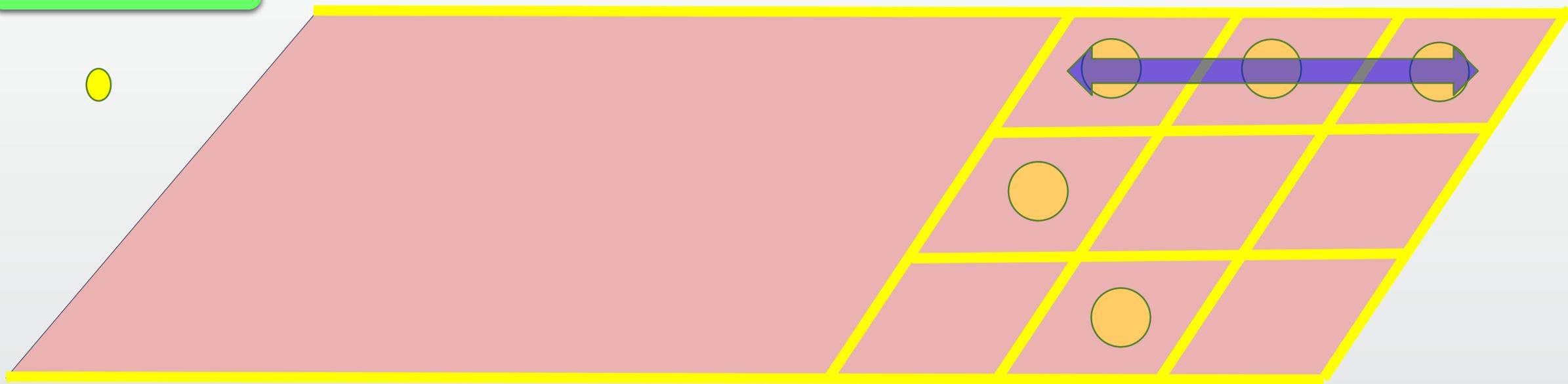


Arrêter sa boule dans l'une des 9 cases pour la valider
Exemple de manche : « 1^{ère} équipe à valider 6 cases différentes »

6. Bibliothèque de jeux de POINT

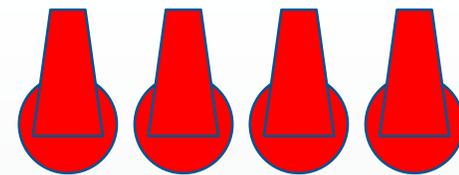


Jeu n°4 B

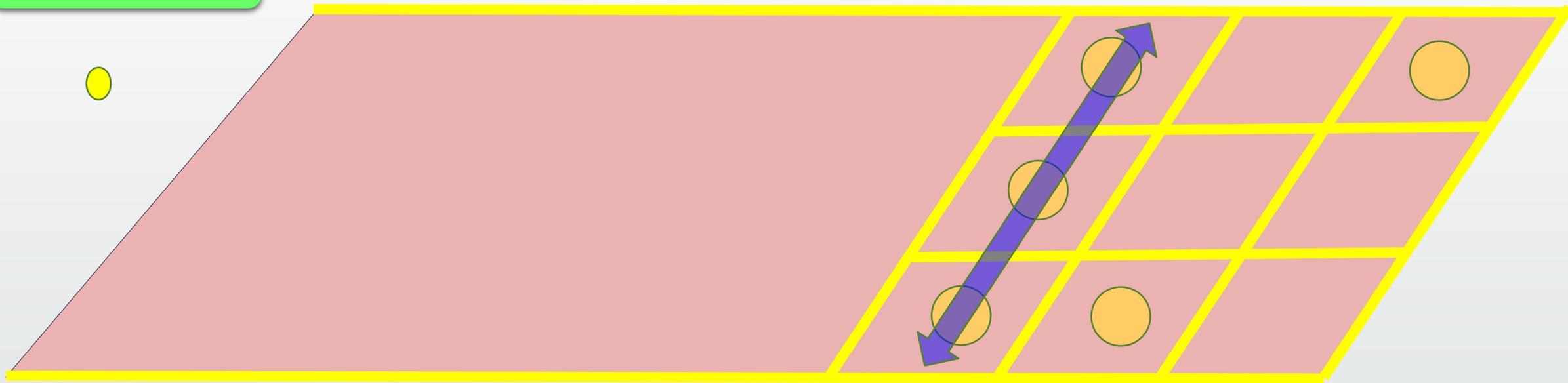


Arrêter sa boule dans l'une des 9 cases pour la valider
Exemple de manche : « 1^{ère} équipe à valider une colonne »

6. Bibliothèque de jeux de POINT

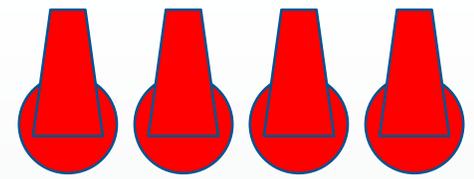


Jeu n°4 C

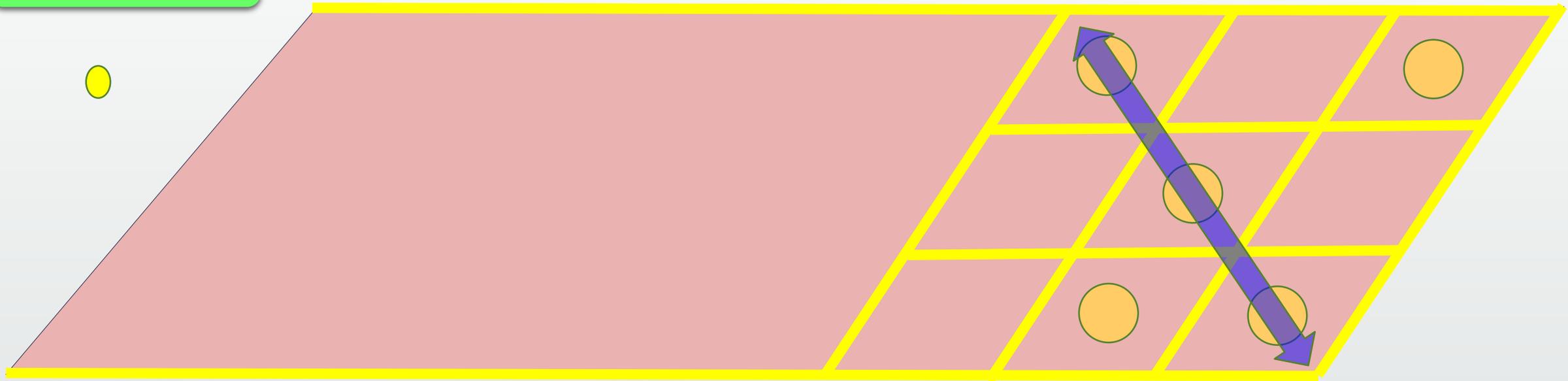


Arrêter sa boule dans l'une des 9 cases pour la valider
Exemple de manche : « 1^{ère} équipe à valider une ligne »

6. Bibliothèque de jeux de POINT

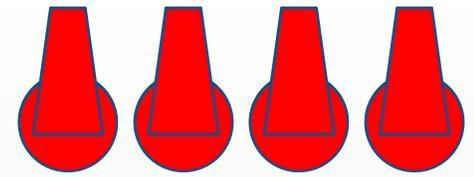


Jeu n°4 D

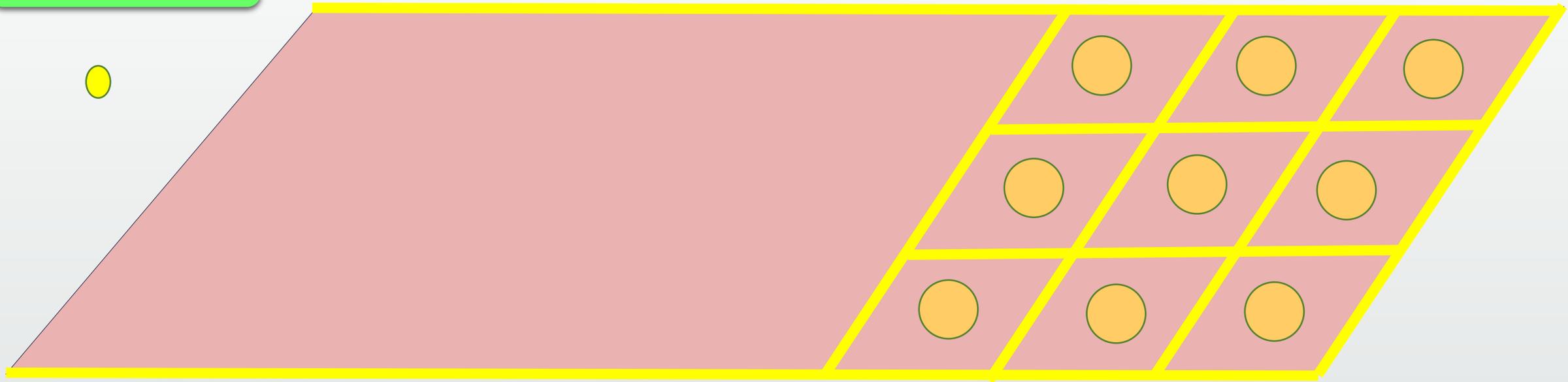


Arrêter sa boule dans l'une des 9 cases pour la valider
Exemple de manche : « 1^{ère} équipe à valider une diagonale »

6. Bibliothèque de jeux de POINT

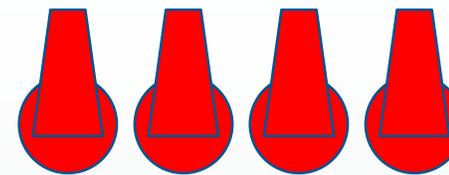


Jeu n°4 E

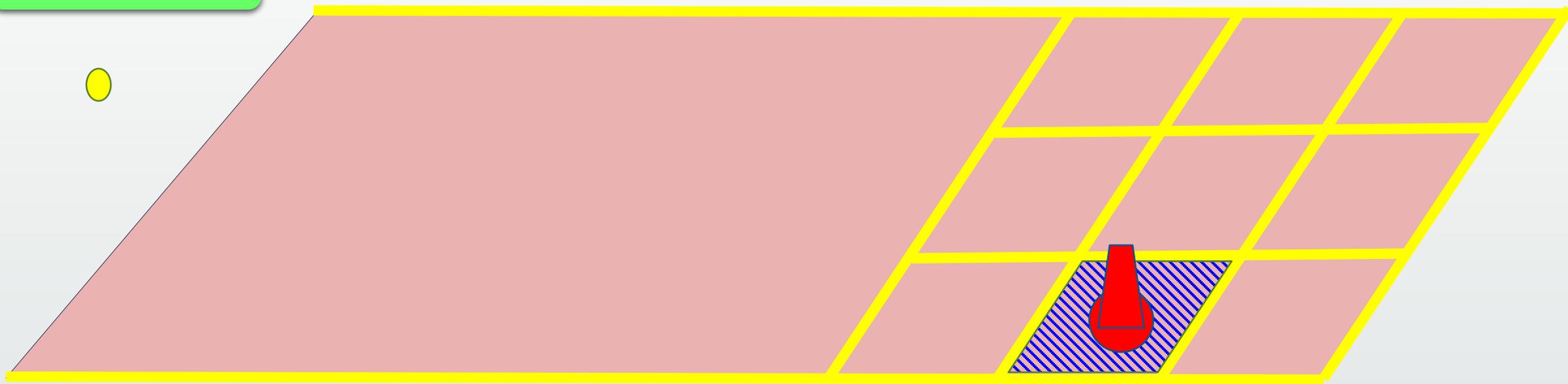


Arrêter sa boule dans l'une des 9 cases pour la valider
Exemple de manche : « 1^{ère} équipe à retirer toutes les pastilles du damier »

6. Bibliothèque de jeux de POINT

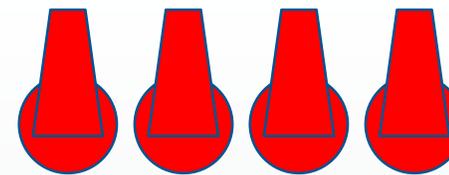


Jeu n°4 F

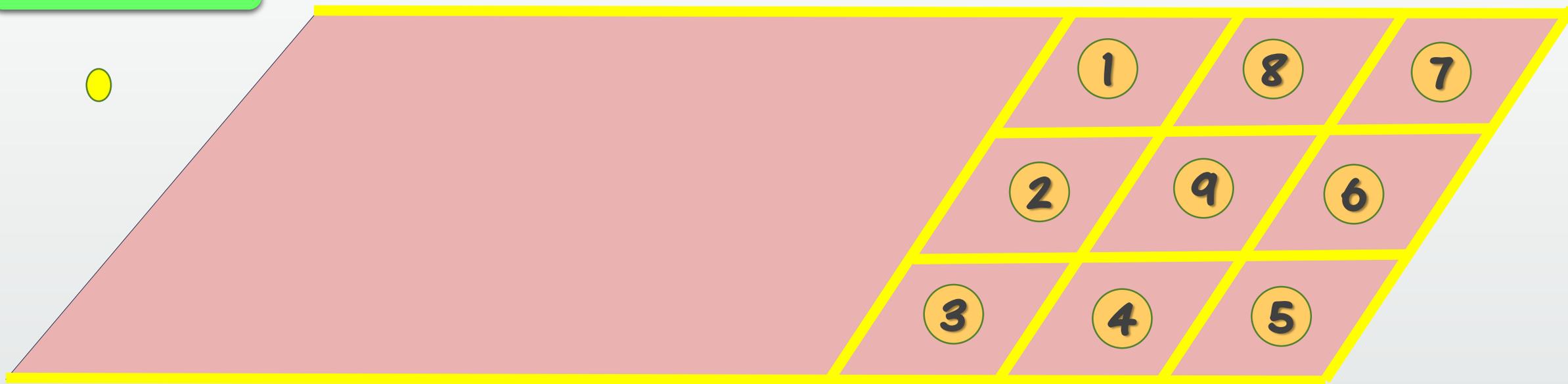


Arrêter sa boule dans la case occupée par le plot

6. Bibliothèque de jeux de POINT

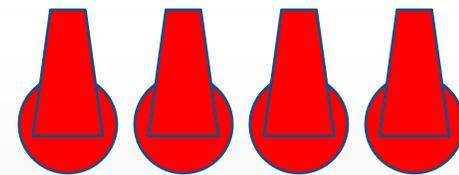


Jeu n°4 G

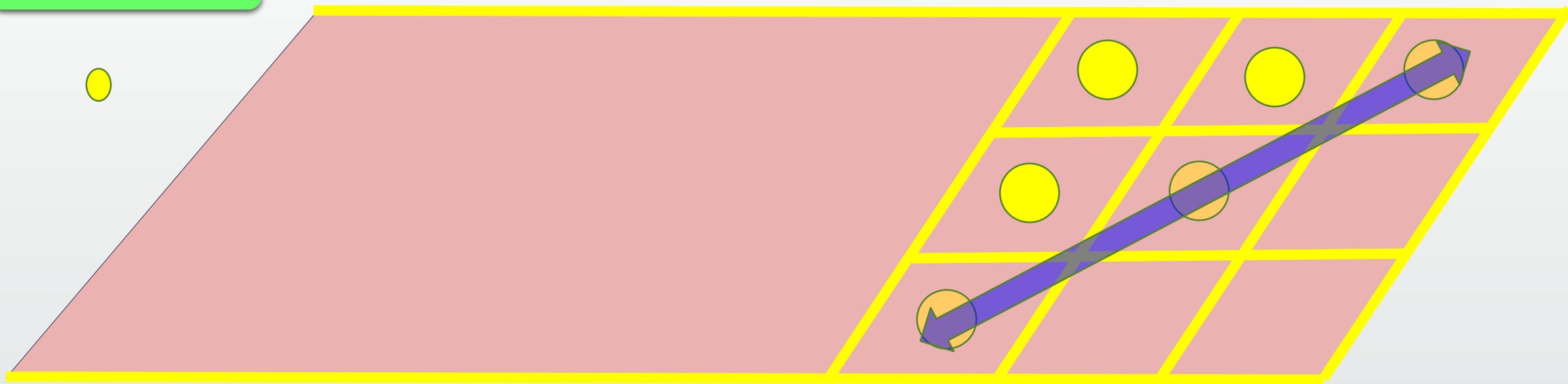
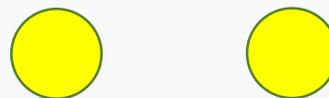


Valider la case n°1 avant de passer à la n°2 et ainsi de suite
Exemple de manche : « 1^{ère} équipe à valider la totalité du damier »

6. Bibliothèque de jeux de POINT

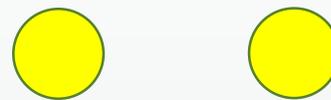
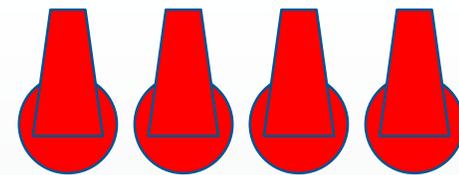


Jeu n°4 H

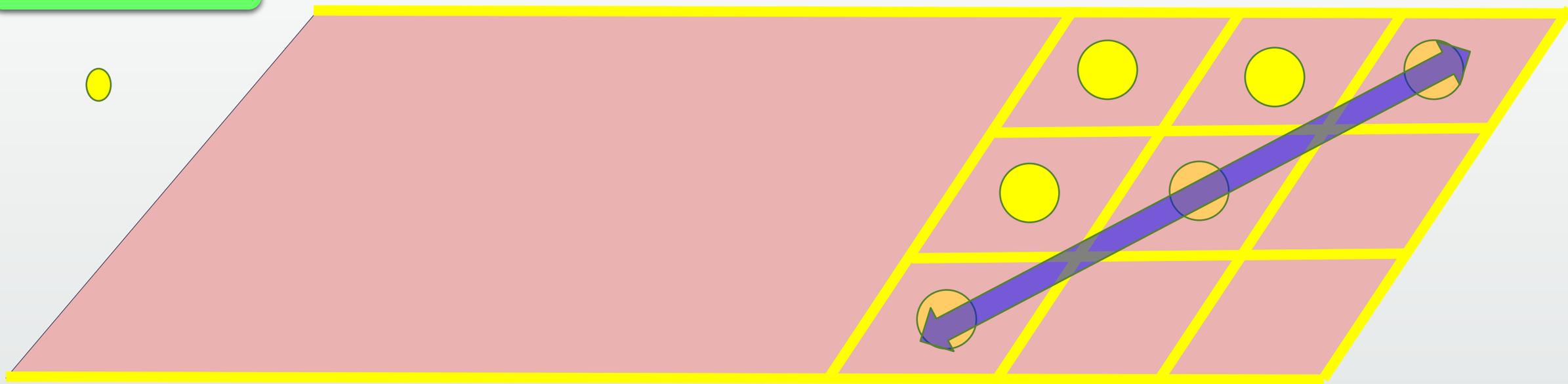


2 équipes sur le même damier jouant à tour de rôle
Exemple de manche : « 1^{ère} équipe à valider une ligne droite à 3 pastilles »

6. Bibliothèque de jeux de POINT

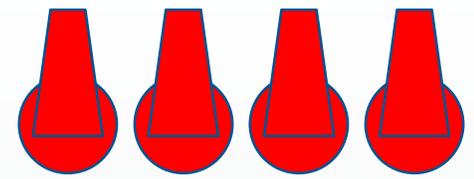


Jeu n°4 I

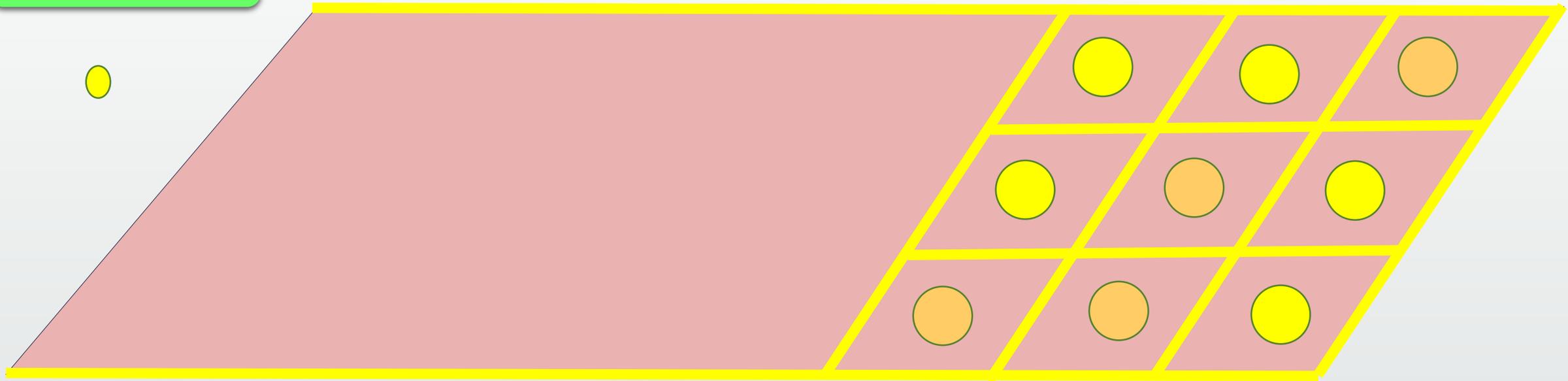


Idem « jeu n°4 H »
mais possibilité de gagner une case occupée par l'adversaire

6. Bibliothèque de jeux de POINT



Jeu n°4 J

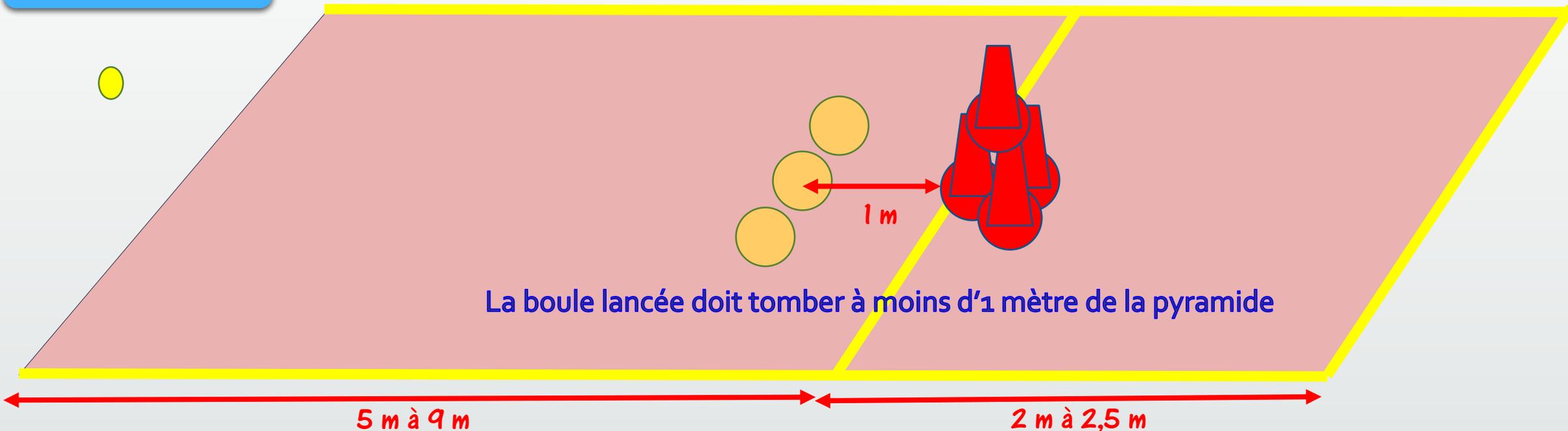


2 équipes sur le même damier jouant à tour de rôle
Exemple de manche : « Placer plus de pastilles que l'équipe adverse »

6. Bibliothèque de jeux de TIR



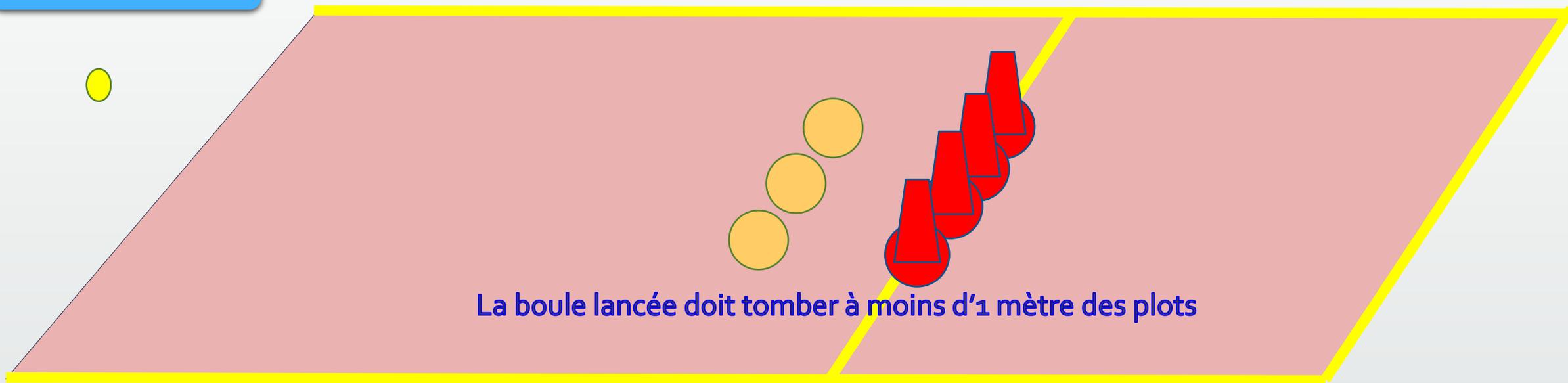
Jeu n°5



Faire tomber la pyramide de plots pour marquer 1 pt
Exemple de manche : « 1^{ère} équipe à marquer 5 pts »

6. Bibliothèque de jeux de TIR

Jeu n°5 A

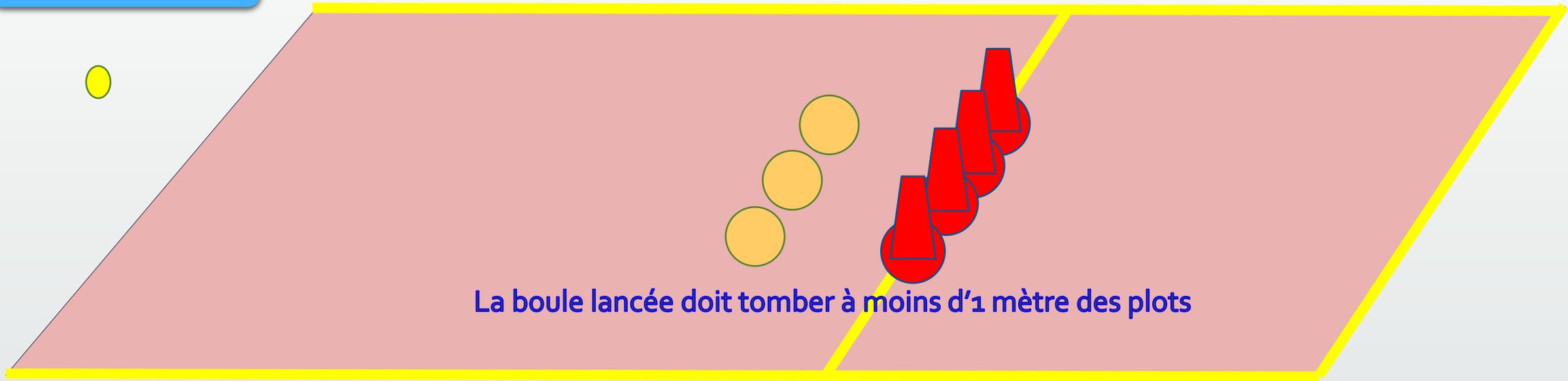


Toucher un des 4 plots constituant la ligne – 1pt le plot touché

Exemple de manche : « 1^{ère} équipe à marquer 4 pts »

6. Bibliothèque de jeux de TIR

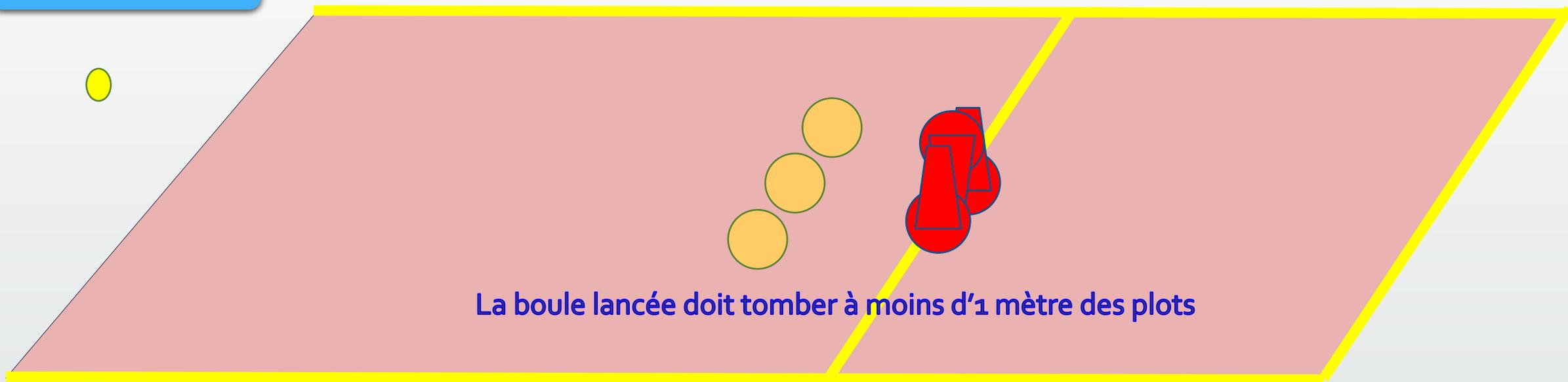
Jeu n°5 B



Toucher un des 4 plots constituant la ligne pour pouvoir le retirer
Exemple de manche : « 1^{ère} équipe à retirer les 4 plots »

6. Bibliothèque de jeux de TIR

Jeu n°5 C

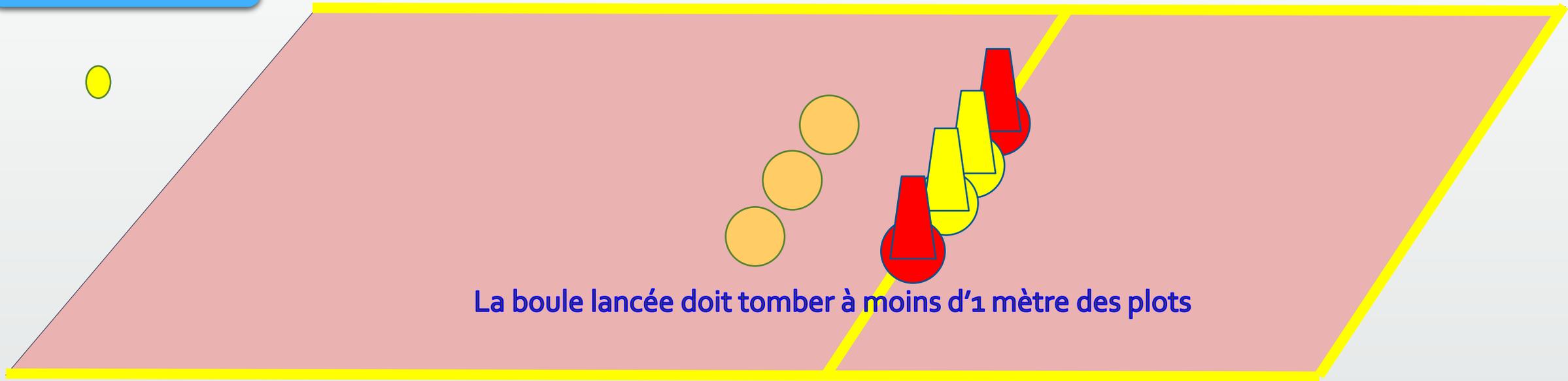


La boule lancée doit tomber à moins d'1 mètre des plots

Toucher un des 3 plots constituant la cible pour marquer 1 pt
Exemple de manche : « marquer le + de pts en 4 minutes »

6. Bibliothèque de jeux de TIR

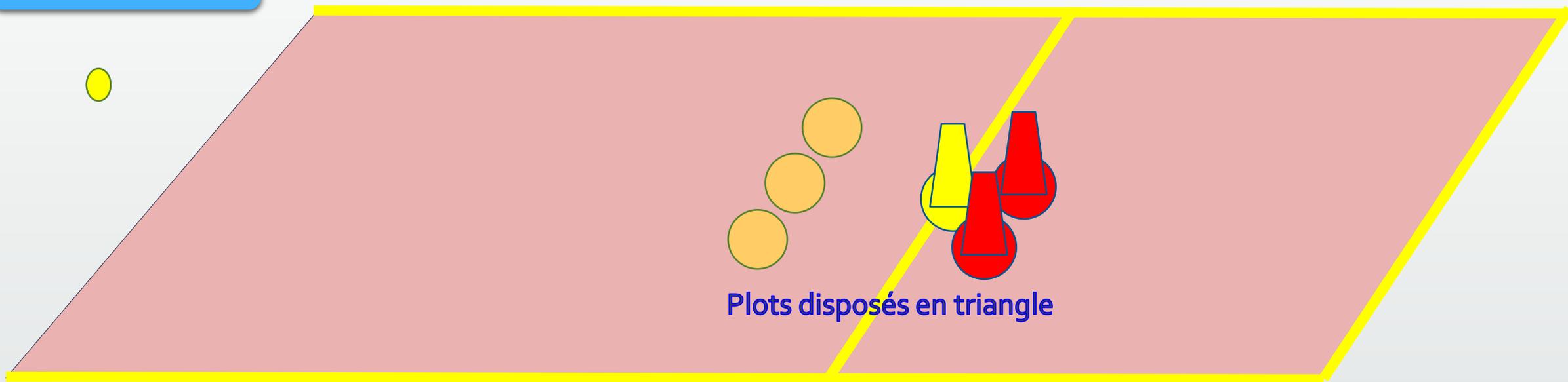
Jeu n°5 D



Toucher un des 4 plots en sachant que plot jaune = 2 pts / rouge = 1pt
Exemple de manche : « marquer le + de pts en 4 minutes »

6. Bibliothèque de jeux de TIR

Jeu n°5 E



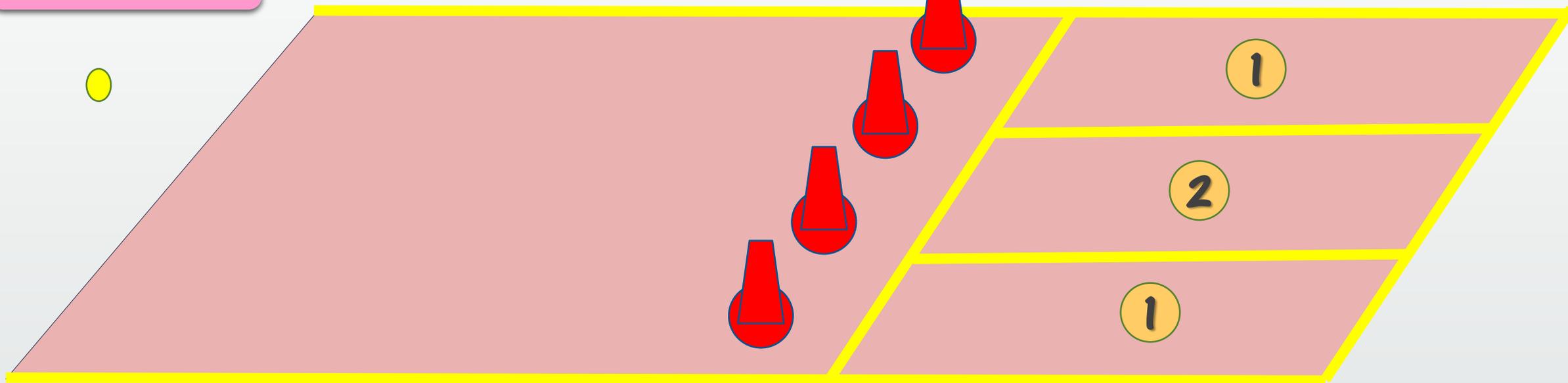
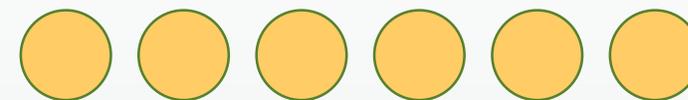
Plots disposés en triangle

Toucher un des 3 plots en sachant que plot jaune = 3 pts les rouges = 1pt
Exemple de manche : « marquer le + de pts en 4 minutes »

6. Bibliothèque de jeux de POINT



Jeu n°6

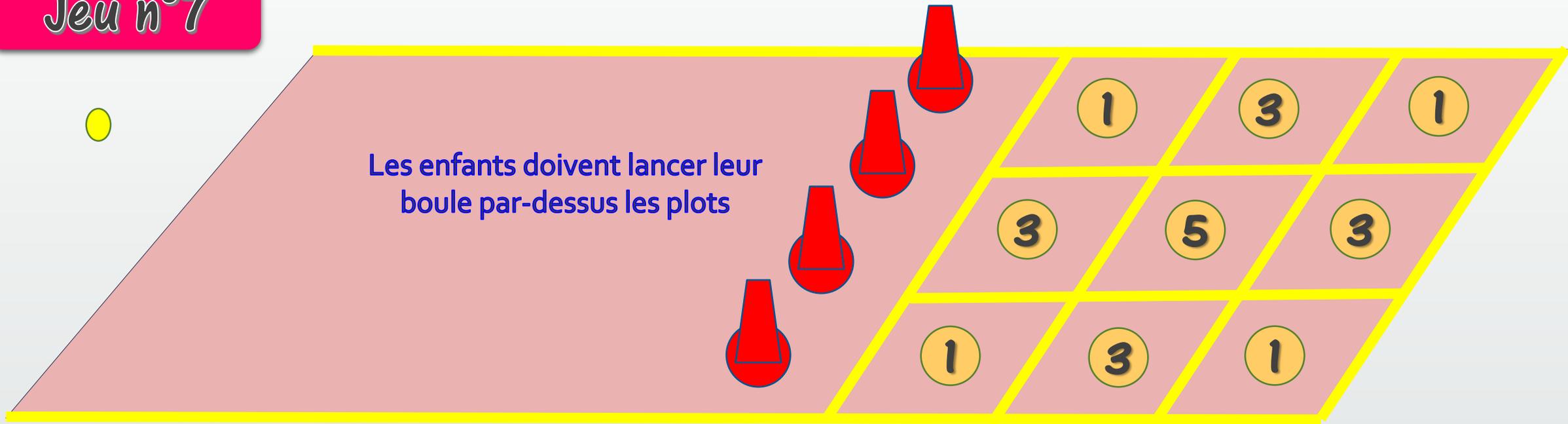


La boule lancée doit tomber dans un des 3 rectangles pour marquer des pts

Exemple de manche : « 1^{ère} équipe à atteindre 12 pts »

6. Bibliothèque de jeux de TIR

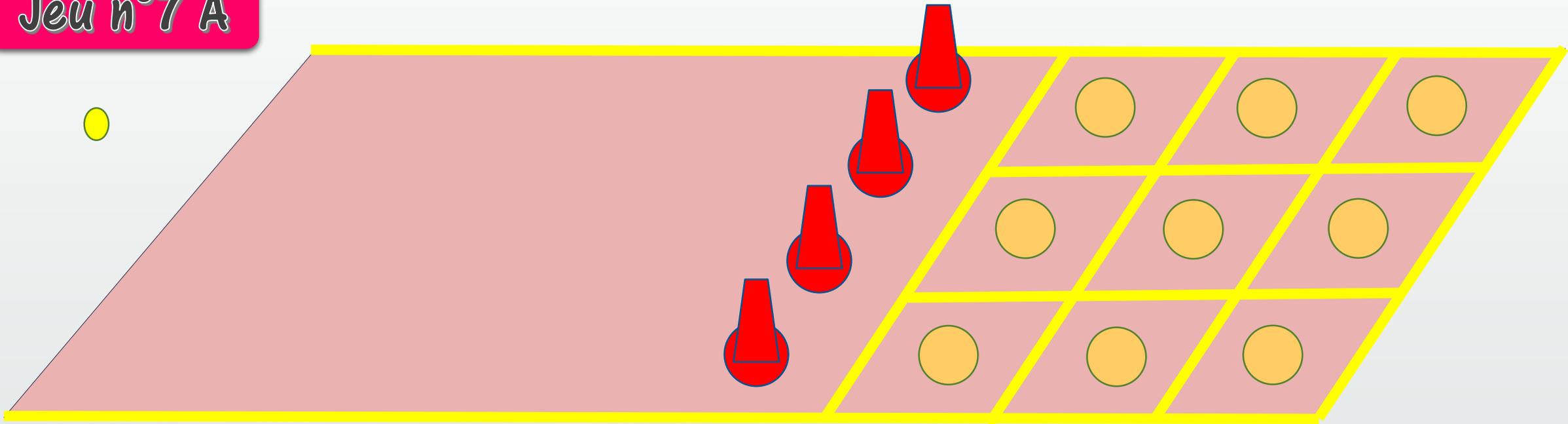
Jeu n°7



La boule lancée doit tomber dans une case pour marquer des pts
Exemple de manche : « 1^{ère} équipe à marquer 20 pts »

6. Bibliothèque de jeux de TIR

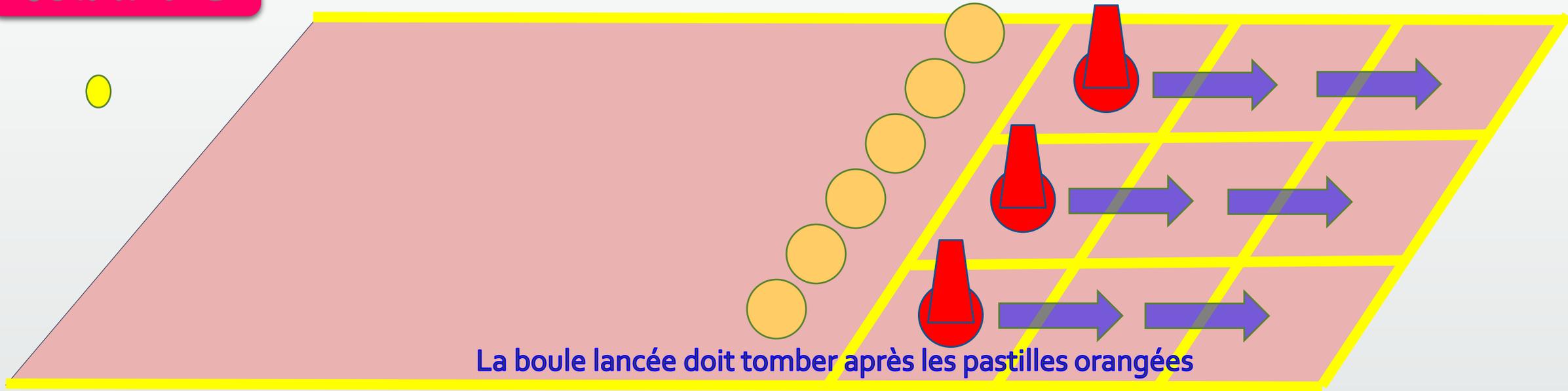
Jeu n°7 A



La boule lancée doit tomber dans une case pour retirer sa pastille
Exemple de manche : « 1^{ère} équipe à retirer 4 pastilles »

6. Bibliothèque de jeux de TIR

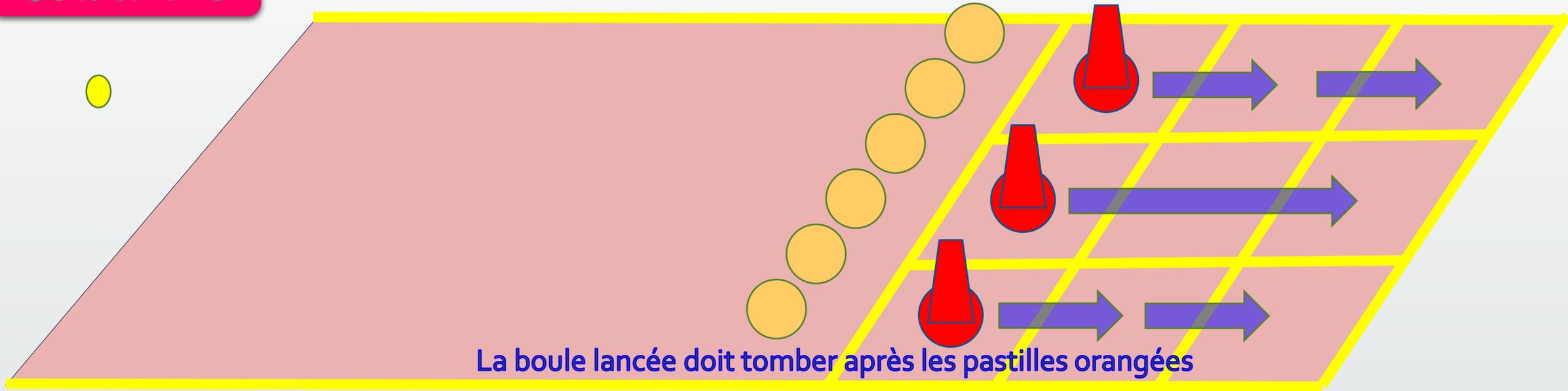
Jeu n°7 B



Toucher un plot ou sa case pour le faire progresser le plot d'une case
Exemple de manche : « 1^{ère} équipe à amener 2 plots à la dernière case »

6. Bibliothèque de jeux de TIR

Jeu n°7 C



Toucher une case = +1 case / toucher la case et le plot = +2 cases
Exemple de manche : « 1^{ère} équipe à amener les 3 plots à la dernière case »