

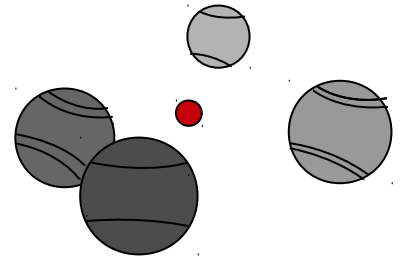


# Pétanque



## Matériel nécessaire

- x 2 rameurs Concept2 avec écran PM3 ou PM4
- x Constituer 2 équipes ou plus



## Objectif

- x Adapter son amplitude et sa puissance en fonction de l'objectif fixé.
- x Utiliser à bon escient les informations fournies par le moniteur pour adapter son effort.
- x Favoriser la cohésion d'équipe.

## Méthode

- x La première équipe place le cochonnet : pour ce faire, le joueur 1 rame le nombre de coups de son choix. Chaque joueur de l'équipe ramera le même nombre de coups en relais sur le même rameur, sans arrêter le compteur. La distance relevée détermine ainsi la position du cochonnet.
- x Remettre ensuite le compteur du moniteur à zéro. L'équipe suivante, en ramant le même nombre de coups, tente alors de se placer au plus près du cochonnet. On inverse les rôles, et l'équipe 2 lancera le cochonnet pour la manche suivante.
- x La partie se joue en 13 points :
  - x Si l'équipe 2 atteint le cochonnet (exactement la même distance que l'équipe 1), elle gagne 6 points.
  - x Si l'équipe 2 se place à moins de 5 mètres du cochonnet, elle marque 5 points.
  - x Si l'équipe 2 se place à moins de 10 mètres du cochonnet : elle marque 3 points.
  - x Si l'équipe 2 se place à plus de 10 mètres du cochonnet, l'équipe 1 marque 5 points.

## Points d'enseignement

Il est important que les joueurs maîtrisent la technique du mouvement sur le rameur afin d'éviter de dégrader leur gestuelle en cherchant à augmenter leur efficacité. Un rappel sur les points techniques essentiels des 5 étapes du mouvement sera nécessaire (utiliser le poster pédagogique).

Les équipes doivent comporter le même nombre de joueurs et être équilibrées.

## Remarques

Possibilité de jouer en un contre un, chacun des joueurs lancera le cochonnet à tour de rôle et déterminera ainsi le nombre de coups à ramer pour la manche à jouer.

Il serait judicieux de réaliser la fiche pédagogique n° 9 - Ramer 3 coups, avant cette séance, elle permettra une mise en application des savoirs spécifiques à la mobilisation des segments (bras, tronc et jambes).

Equipe 1
Nom et prénom :

1ère manche	
Equipe 1 lance le cochonnet	
Nombre de coups par élève	
Distance du cochonnet	
Points	
Equipe 2 lance la boule	
Distance de la boule	
Points	

2ème manche	
Equipe 2 lance le cochonnet	
Nombre de coups par élève	
Distance du cochonnet	
Points	
Equipe 1 lance <b>la boule</b>	
Distance de la boule	
Points	
Total des points	

3ème manche	
Equipe 1 lance le cochonnet	
Nombre de coups par élève	
Distance du cochonnet	
Points	
Equipe 2 lance la boule	
Distance de la boule	
Points	
Total des points	

Equipe 2
Nom et prénom :

4ème manche	
Equipe 2 lance le cochonnet	
Nombre de coups par élève	
Distance du cochonnet	
Points	
Equipe 1 lance <b>la boule</b>	
Distance de la boule	
Points	
Total des points	

5ème manche	
Equipe 1 lance le cochonnet	
Nombre de coups par élève	
Distance du cochonnet	
Points	
Equipe 2 lance la boule	
Distance de la boule	
Points	
Total des points	

6ème manche	
Equipe 2 lance le cochonnet	
Nombre de coups par élève	
Distance du cochonnet	
Points	
Equipe 1 lance <b>la boule</b>	
Distance de la boule	
Points	
Total des points	

7ème manche	
Equipe 1 lance le cochonnet	
Nombre de coups par élève	
Distance du cochonnet	
Points	
Equipe 2 lance la boule	
Distance de la boule	
Points	
Total des points	