DOCUMENTS COMPLÉMENTAIRES

Ultimate, Identifier ses réussites individuelles et collectives afin de se mettre en projet

Revue Enseigner l'EPS n°287 – AVRIL 2022
Lucie DAL – PRAG EPS, Collège Victor Hugo

Ce pdf regroupe une sélection de documents vous permettant de mieux comprendre ma démarche d'enseignement. Vous y retrouverez:

- Des supports pour la compréhension des règles.
- Les fiches illustrant la FPS et exercices complémentaires.
- La fiche de mise en projet
- Les badges à imprimer.

Les documents présentent un QR Code renvoyant vers des vidéos supports, vous pouvez retrouver sur mon site personnel, les documents avec le format Mirage Make et également d'autres badges Plickers à télécharger.

Le règlement

Voici une ressource dédiée aux enseignants, qui vous permettra de mieux maitriser les subtilités réglementaires de l'activité : https://view.genial.ly/5cd594fb482f4d0f41dbf05b/presentation-ultimate-frisbee-eps-luciedal

Vidéos

Marcher

La sortie

Ecran ou pick

turn

Faute de main

Contact de l'attaquant

Contact du défenseur

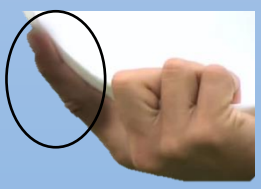
Strip ou arracher

LE REVERS

Tenir le disque

BONNE PRISE

MAUVAISE PRISE



SCAN ME

LE COUP DROIT

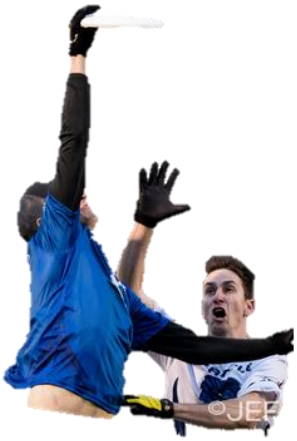
SCAN ME

Tenir le disque

Le hammer / l'upside

Tenir le disque

Catcher un disque



1 main

2 mains : clap catch
Ou crocodile

2 mains

LE MULTIZONE SANS DÉFENSEUR

Valider les 4 zones au moins deux fois	**Valider les 4 zones au moins deux fois**	**Valider 4 zones au moins deux fois**
• Avec ballon • Retour au centre et perte de validation des zones si le ballon tombe	• Avec disque • Retour au centre et perte de validation des zones si le disque tombe	• Avec disque • Ordre imposé: Vert/rouge/bleu/jaune • Retour dans la zone de départ si le disque tombe ou est intercepté

LE MULTIZONE EN SUPÉRIORITÉ

Valider 4 zones (pas deux fois de suite la même)	Valider les 4 zones dans un ordre imposé (non connu de la défense)	Valider 6 zones dans un ordre imposé
• Avec ballon et/ou disque • Retour au centre et perte de validation des zones si l'engin tombe ou est intercepté.	• Avec ballon et/ou disque • Retour au centre et perte de validation des zones si l'engin tombe ou est intercepté.	• Avec disque • Retour au centre si l'engin tombe ou est intercepté.

MATCH MULTIZONE

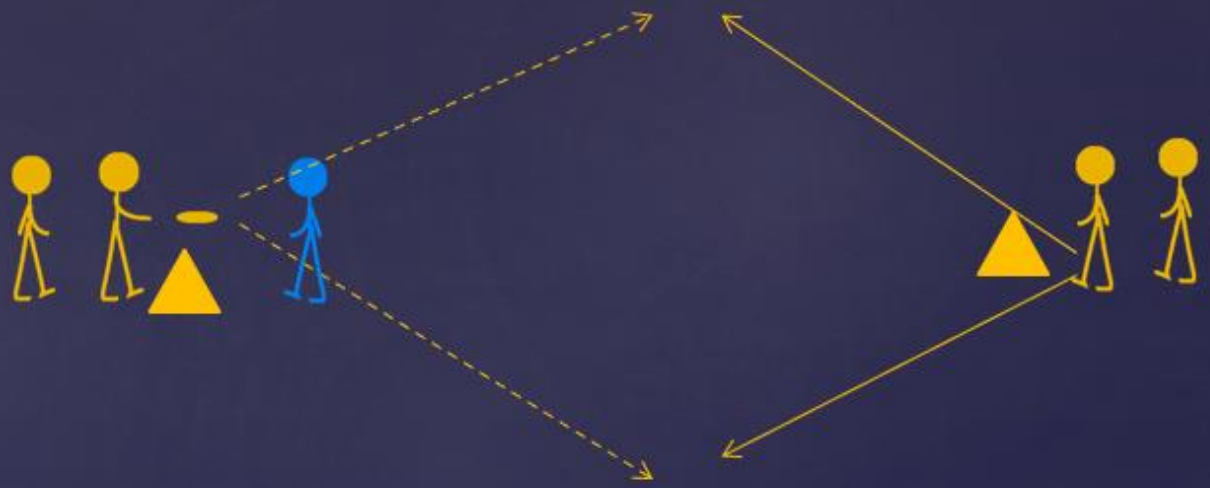
Marquer au moins 4 points Valider deux zones à la suite. Ballon (1pt) Disque (2pts)	Marquer au moins 8 points Valider deux fois deux zones à la suite. Ballon (1pt) Disque (2pts)	Marquer au moins 8 points Valider les 4 zones à la suite. Ballon (1pt) Disque (2pts)

PASSE ET SUIT

Réussir 20 Passes	**Réussir 20 Passes**	**Réussir 20 Passes**
• Avec ballon à D2 • Retour à 0 si tombe au sol	• Avec disque à D1 • -2 si tombe au sol	• Avec disque à D2 • -2 si tombe au sol

SCAN ME

Passe et suit avec défenseur

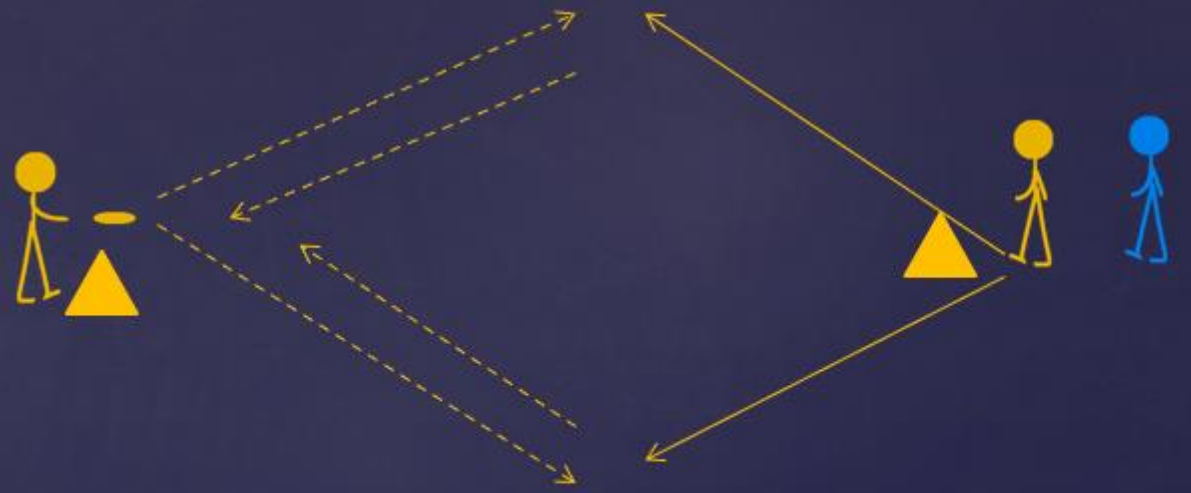


Réussir 8/15 Passes	**Réussir 8/15 Passes**	**Réussir plus de 10 Passes**
• Avec ballon	• Avec disque	• Avec disque

Catcher sous pression

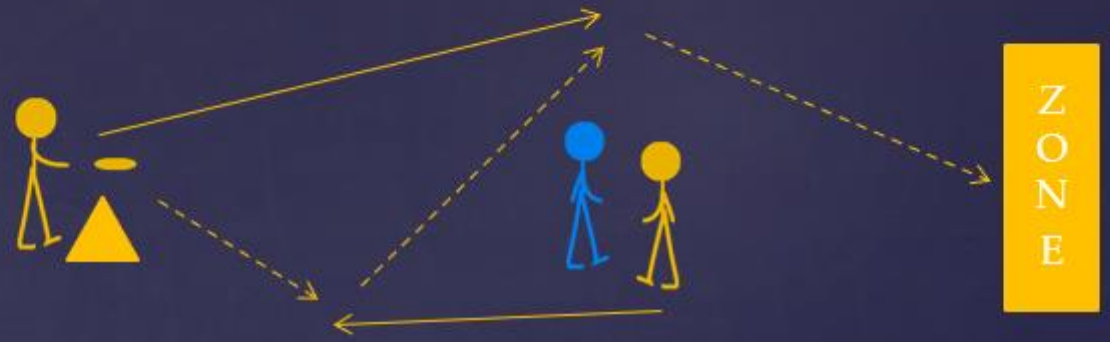
Réussir 6 catch sur 10. • Avec ballon	**Réussir 6 catch sur 10.** • Avec Disque	**Réussir au moins 8 catch sur 10** • Avec Disque

Catcher et enchaîner une passe sous pression



Réussir 5 catch avec retour de passe sur 10. • Avec ballon	**Réussir 5 catch avec retour de passe sur 10.** • Avec Disque	**Réussir au moins 7 catch avec retour de passe sur 10** • Avec Disque

Catcher et enchaîner en 2c1

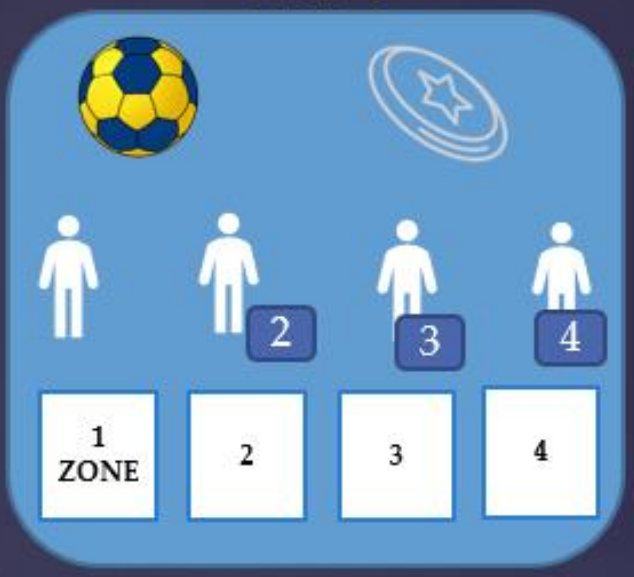


Amener 5 fois l'engin en zone. • Avec ballon	**Amener 5 fois l'engin en zone.** • Avec Disque	**Amener au moins 7 fois l'engin en zone.** • Avec Disque

LE PROJET MULTIZONE

EQUIPE JAUNE

PROJET 1

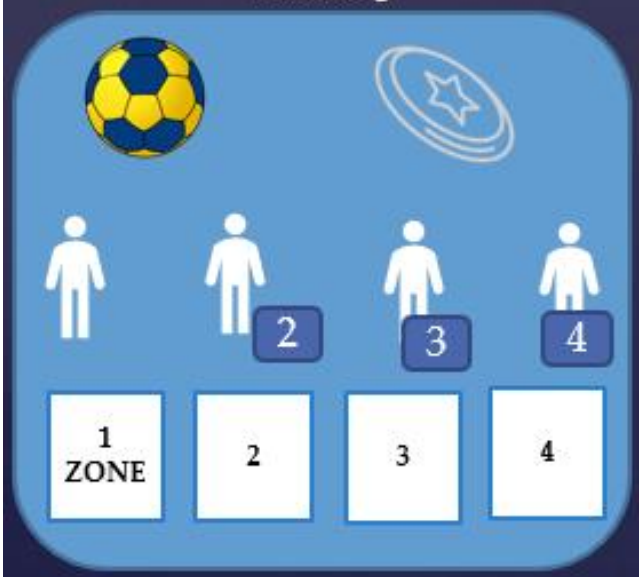


BADGE 1:

PROJET 2

BADGE 2:

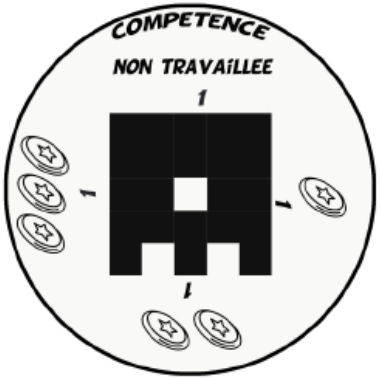
PROJET 3

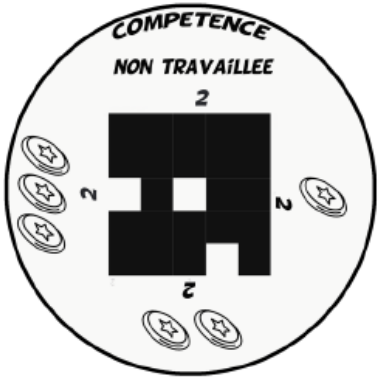


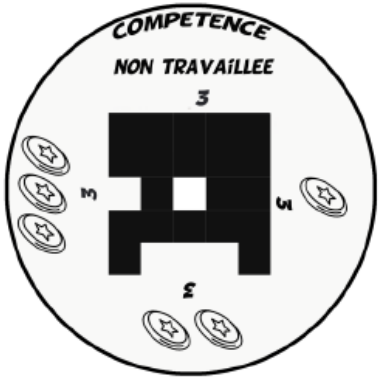
BADGE 3:

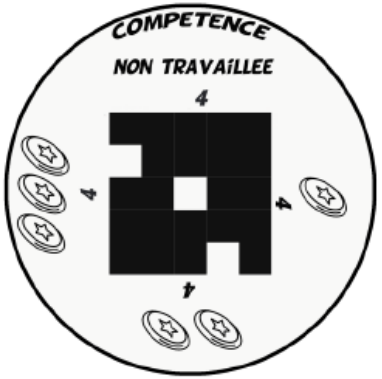
PROJET 4

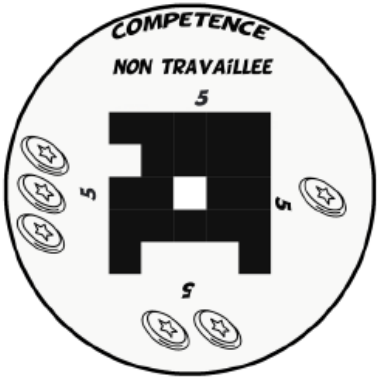
BADGE 4:


COMPETENCE
NON TRAVAILLEE
1

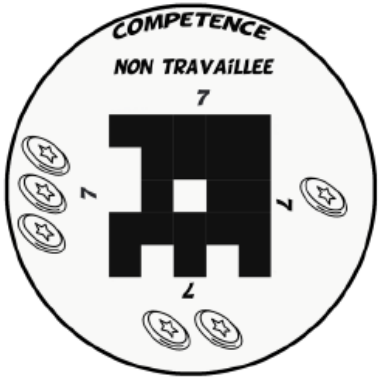

COMPETENCE
NON TRAVAILLEE
2


COMPETENCE
NON TRAVAILLEE
3


COMPETENCE
NON TRAVAILLEE
4

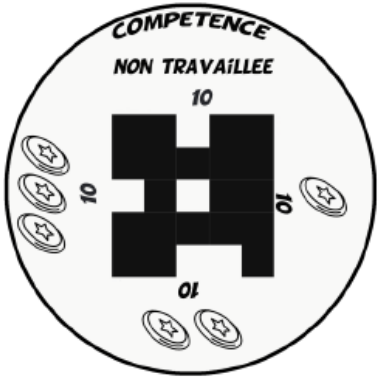

COMPETENCE
NON TRAVAILLEE
5

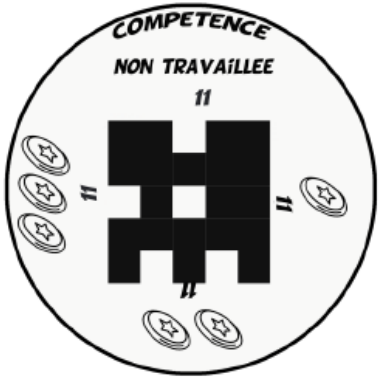
COMPETENCE
NON TRAVAILLEE
6

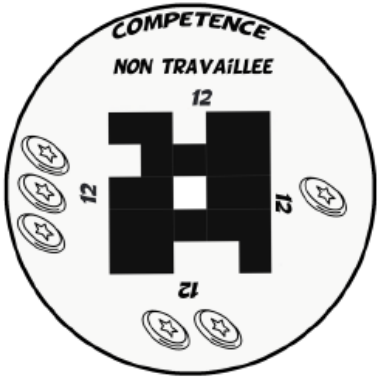

COMPETENCE
NON TRAVAILLEE
7

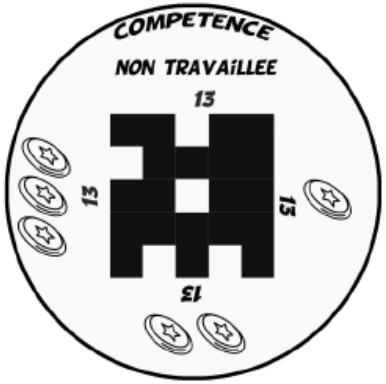
COMPETENCE
NON TRAVAILLEE
8

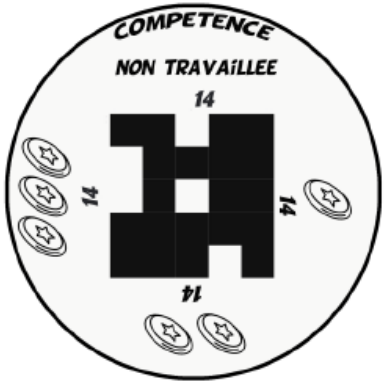
COMPETENCE
NON TRAVAILLEE
9


COMPETENCE
NON TRAVAILLEE
10


COMPETENCE
NON TRAVAILLEE
11

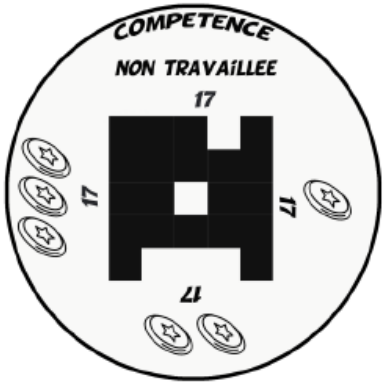

COMPETENCE
NON TRAVAILLEE
12


COMPETENCE
NON TRAVAILLEE
13
13
13
13

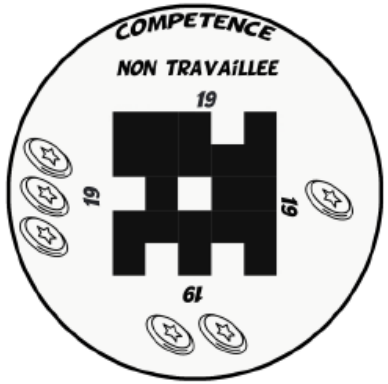

COMPETENCE
NON TRAVAILLEE
14
14
14
14

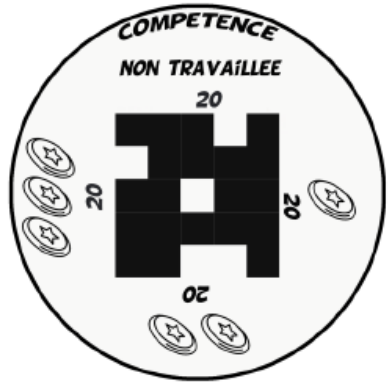
COMPETENCE
NON TRAVAILLEE
15
15
15
15

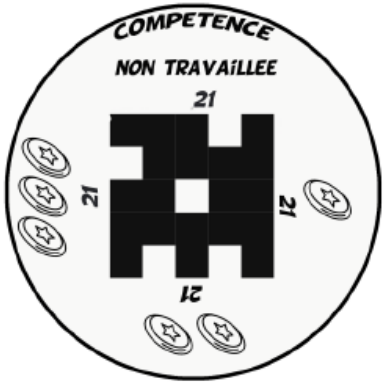
COMPETENCE
NON TRAVAILLEE
16
16
16
16

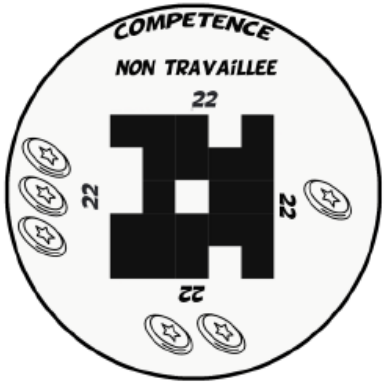

COMPETENCE
NON TRAVAILLEE
17
17
17
17

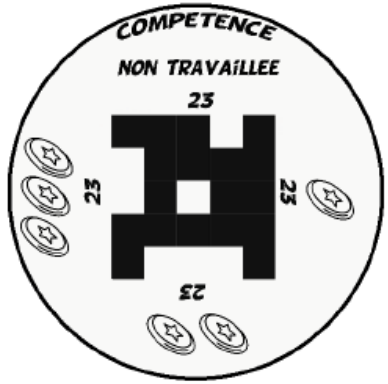
COMPETENCE
NON TRAVAILLEE
18
18
18
18

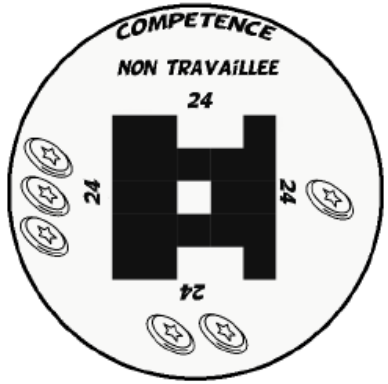

COMPETENCE
NON TRAVAILLEE
19
19
19
19

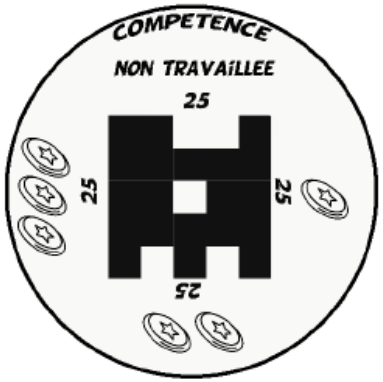

COMPETENCE
NON TRAVAILLEE
20
20
20
20

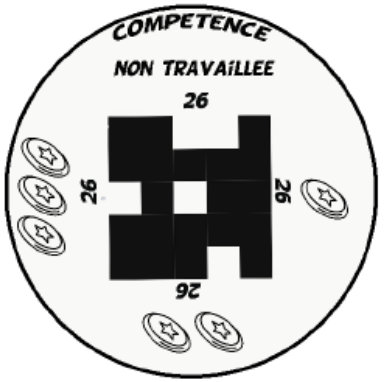

COMPETENCE
NON TRAVAILLEE
21
21
21
21


COMPETENCE
NON TRAVAILLEE
22
22
22
22

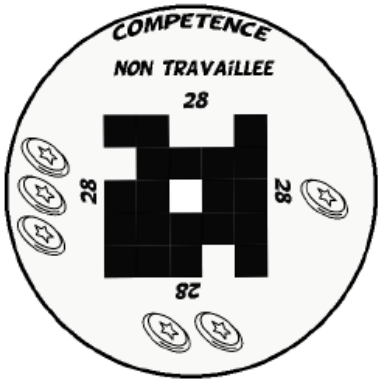

COMPETENCE
NON TRAVAILLEE
23
23
23
23

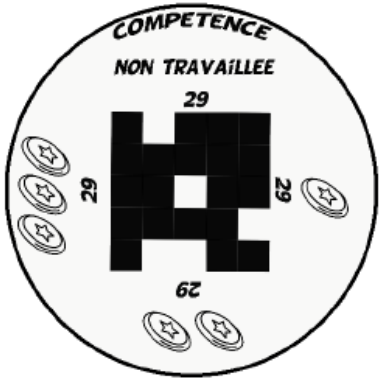

COMPETENCE
NON TRAVAILLEE
24
24
24
24

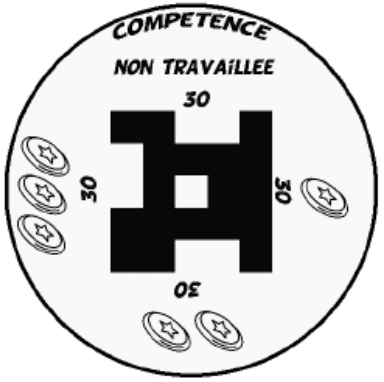

COMPETENCE
NON TRAVAILLEE
25
25
25
25


COMPETENCE
NON TRAVAILLEE
26
26
26
26

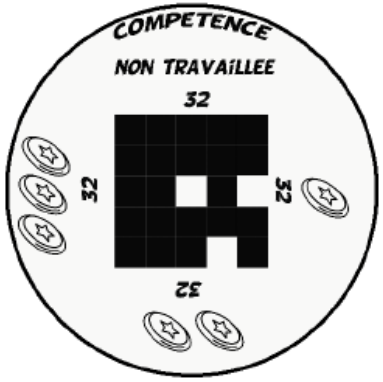
COMPETENCE
NON TRAVAILLEE
27
27
27
27

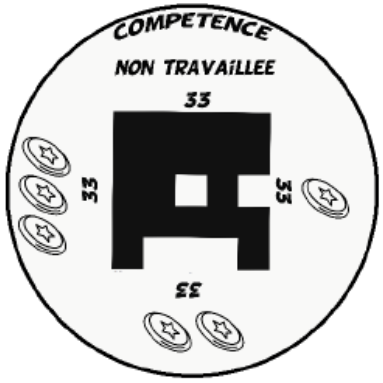

COMPETENCE
NON TRAVAILLEE
28
28
28
28


COMPETENCE
NON TRAVAILLEE
29
29
29
29

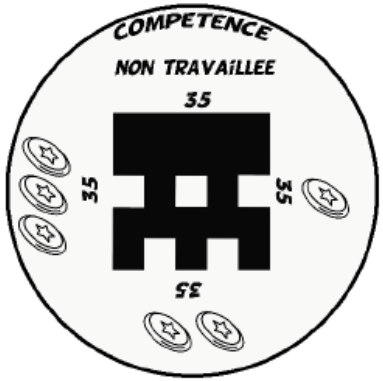

COMPETENCE
NON TRAVAILLEE
30
30
30
30

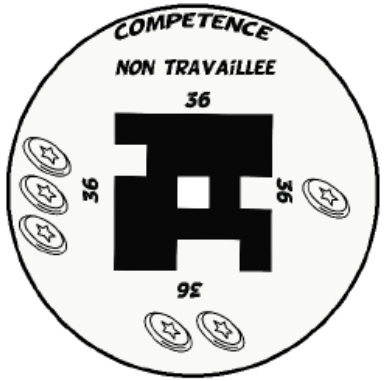
COMPETENCE
NON TRAVAILLEE
31
31
31
31

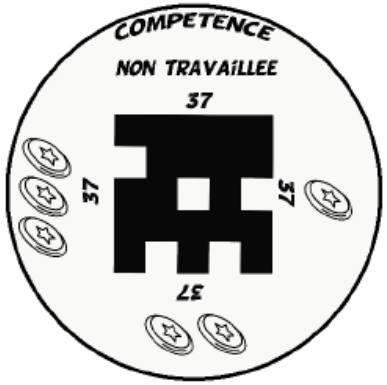

COMPETENCE
NON TRAVAILLEE
32
32
32
32

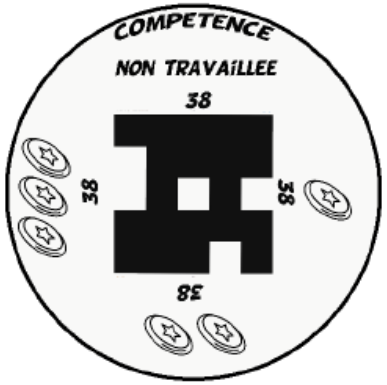

COMPETENCE
NON TRAVAILLEE
33
33
33
33

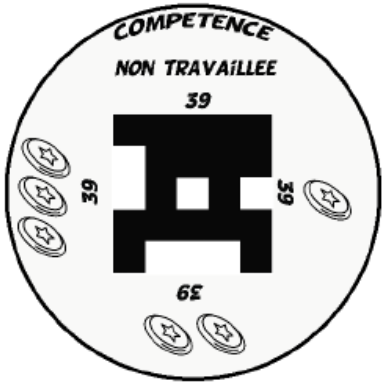
COMPETENCE
NON TRAVAILLEE
34
34
34
34

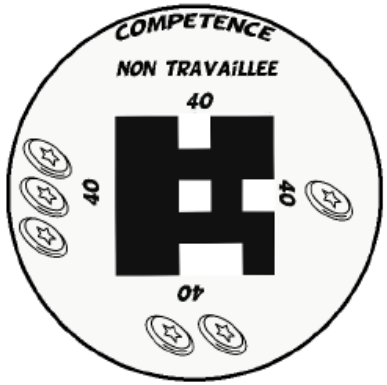

COMPETENCE
NON TRAVAILLEE
35
35
35
35

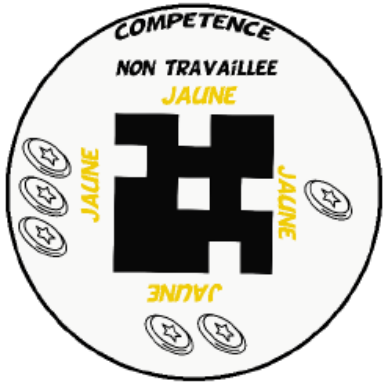

COMPETENCE
NON TRAVAILLEE
36
36
36
36

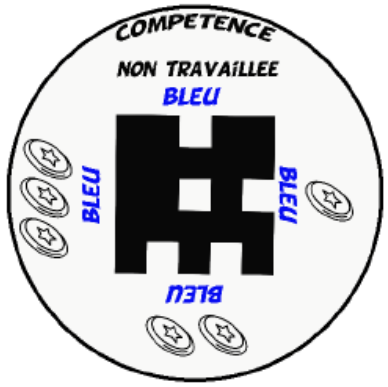


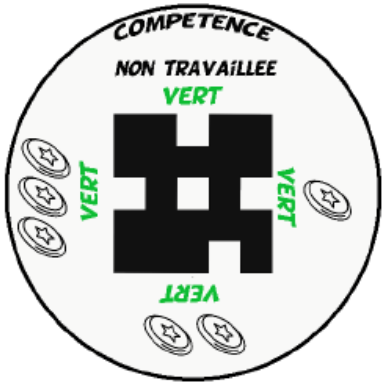


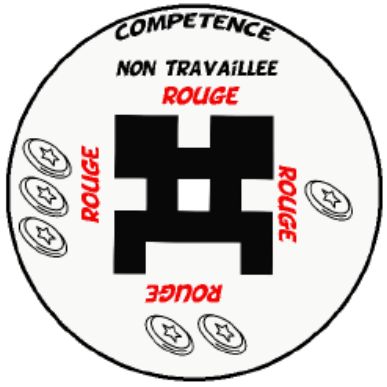












Les badges équipes correspondent aux numéros 41,42,43 et 44

BADGES INDIVIDUELS

RÉNOM

RÉNOM 2

Les équipes et leurs badges

EQUIPE BLEUE

EQUIPE ROUGE

EQUIPE VERTE

EQUIPE JAUNE