



# ACTIVITE

## Hockey sur gazon

### OBJECTIF DE L'ACTIVITE:

Apprendre les règles du hockey sur gazon  
Découvrir un sport inhabituel inventé par les tchèques

### Déroulement pour 2h :

#### **1/ PREPARATION DU TERRAIN**

**30'**

Les jeunes réalisent le terrain eux-mêmes (avec la farine, les piquets, la ficelle) on leur explique les dimensions et les règles (cf. explications en annexe)

#### **2/ PRESENTATION DES REGLES DU JEU**

**10'**

(cf. explications plus bas)

#### **3/ ENTRAINEMENT AU MANIEMENT DES CROSSES**

**10'**

Séance de tirs au but : chaque jeune passe devant le but pour apprendre à tirer dans la balle avec la crosse.

#### **4/ JEU : 2 mi-temps de 25 min + 10 minutes de break**

**60'**

Les jeunes s'échauffent, c'est très important pour éviter les blessures. Une fois qu'ils sont chauds, on peut jouer pour de vrai. Il suffit de faire deux équipes de 8 personnes maximum. Si jamais il y a du monde en trop, ils peuvent faire :

- Arbitres
- Pom-pom girls
- Supporters déchaînés
- Vendeur de knacks

### Matériel nécessaire :

- 22 crosses de Hockey sur gazon en bois
- 10 balles de tennis
- 4 piquets en bois de 2 m de longueur, 5cm de diamètre maxi
- 6 piquets en bois de 3 m de longueur, diam. 5 cm
- 6 kg de farine
- 1 grosse bobine de ficelle
- Prévoir de l'eau
- 2 paires de gants de gardien de foot

## Règles :

- Le hockey sur gazon se joue à deux équipes de 11 joueurs, sur un terrain de 91 m par 55 m. Pour l'activité, le terrain sera réduit : 20 m x 10m.
- Un match standard de hockey comporte deux mi-temps de 35 minutes, idem on sera sur deux mi-temps de 25 minutes, c'est déjà pas mal !
- La balle ne peut toucher que le côté plat de la crosse, et aucune partie du corps.
- Le joueur ne peut toucher la balle avec aucune partie du corps excepté le gardien.
- Un but est validé uniquement si la balle a été frappée ou déviée par un attaquant dans le cercle vers le but. (Le cercle est un demi-cercle de 16 m tracé à partir du centre du but).
- L'équipe gagnante est celle qui a marqué le plus de buts à la fin des deux mi-temps. Si les deux équipes ont marqué le même nombre de buts, alors le match est déclaré «match nul ». En cas d'égalité les deux équipes choisissent 5 joueurs chacune qui vont procéder à une série de strokes (ce qui correspond aux tirs au but au football).

## MISE EN PLACE DU TERRAIN

- Vous avez à votre disposition 4 perches de 2 m et 6 perches de 3 m.
- Avec ces perches, construire les cages avec des brelages (cf. schéma)
- Les cages sont placées à 20 m d'écart, face à face. Le terrain fait 10 m par 20 m.
- Placer des foulards aux quatre coins du terrain.
- Ensuite avec la farine, tirer des lignes blanches entre chaque extrémité, puis une au milieu (la ligne médiane), et sur les 2 cercles situés vers les cages (cercles d'envoi) Cf. dessin ci-dessous (mais ne pas respecter les distances : votre terrain est plus petit).
- Le principal, c'est que le terrain soit divisé en 4 parties égales)

