

# Ag imirt peil Ghaelach - Playing Gaelic football

Séance d'initiation 6<sup>e</sup>/U 12- Printemps 2024

Collège Saint Joseph La Salle Lorient

Travail pluridisciplinaire – Anglais / EPS

## Séance 1 – Présentation culturelle de la pratique du football gaélique en Irlande et dans le monde : (55')

**Enseignement des langues vivantes : Programme pour le cycle 4 De la 5<sup>e</sup> à la 3<sup>e</sup>**

**Domaine 5.** Les représentations du monde et l'activité humaine

S'approprier l'organisation et le fonctionnement des sociétés passe aussi par la connaissance des processus par lesquels ils se construisent. Les différentes disciplines apprennent à voir qu'ils procèdent d'expériences humaines diverses. Le français y contribue en enseignant à reconnaître les aspects symboliques des textes, à les comprendre dans leur contexte historique et la pluralité de leurs réceptions, à les interpréter et à formuler sur eux un jugement personnel argumenté. Les langues vivantes étendent la connaissance de la diversité linguistique et culturelle et celle des enjeux liés à cette pluralité. Les langues vivantes étrangères et régionales, par la participation à des projets dans des contextes multilingues et multiculturels, accroissent les capacités de mobilité.

**Contenu :**

- La culture celte et gaélique
- La colonisation anglaise et la culture gaélique
- La grande famine et la diaspora irlandaise
- Le renouveau gaélique et la GAA
- Les sports gaéliques, l'amateurisme, les clubs et Croke Park
- La pratique du football gaélique : Terrain, déplacements, score et compétitions
- L'AS à St Jo et le projet Erasmus

<https://sway.cloud.microsoft/5ergdSKA6A6ymbBX?ref=Link>

*Les mouvements fondamentaux (Basic Drill):*

## HAND PASS TO PARTNER

12'

### Passé à la main au partenaire :

Cet exercice a pour but de formaliser les mouvements permettant une passe à la main académique. Il développe la psychomotricité et la coordination entre le placement du bas du corps (alignement épaules, bassin et axe des pieds) et le mouvement de balancier des bras.

#### Organisation :

Triplettes de joueurs (composition au choix des élèves) munies d'un ballon.

Mettre à distance les joueurs à 3m et 5 m

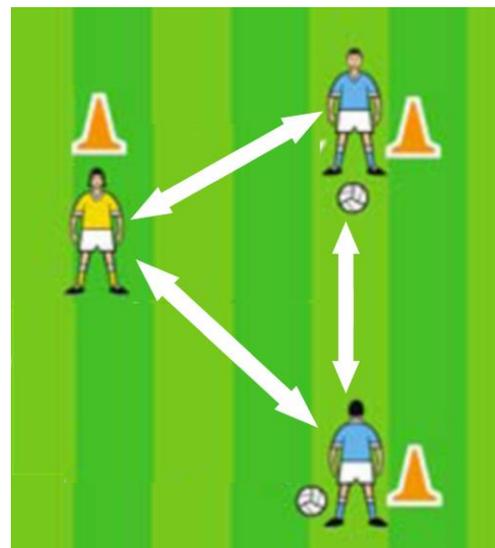
Placer en tripléte les joueurs et pratiquer les passes dans un sens puis dans l'autre

#### Progression :

Au cours de l'exercice : au « top » on change de sens et au « double top », on recule d'un pas)

#### Attentions particulières :

Le ballon reste toujours au contact de la main qui le supporte  
L'épaule avant est abaissée vers le joueur cible de la passe  
Les bras restent pendants et toujours parallèles.



## STATIONNARY TOE TAP

(DÉMONSTRATION 3')

### Solo pied :

Démonstration les principaux points clés pour maîtriser le solo pied

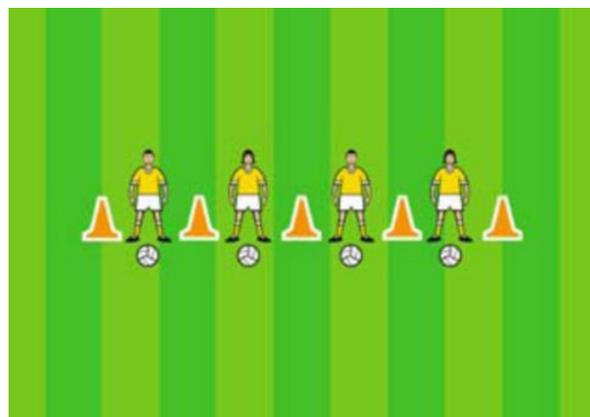
#### Organisation :

Sur place les joueurs munis d'un ballon essayent d'ajuster la coordination entre le lâcher du ballon, l'avancée du pied et la flexion du pied pour rattraper le ballon

#### Attention particulière :

1. Lâcher le ballon dans la main du côté qui donne le coup de pied
2. Avancez, déposez le ballon sur le pied
3. Lorsque le ballon touche le pied, relevez les orteils
4. Jambe d'appui légèrement fléchie
5. Tendez les bras pour attraper le ballon

Coordination : Tête – Mains – Pieds



---

*Transition (Intermediate Drill)*

---

Demander aux triplètes de se positionner derrière 4 plots ( 6 ou 9 élèves)

**(3 minutes)**

---

*Déplacements et exercices collectifs (Intermediate Drill)*

---

## 1 – TOE TAP, TURN AND PASS

**20'**

### Fréquence et évaluation des distances du solo pied :

Mis en pratique dynamique du solo pied et appréciation du rythme en fonction de la progression.

#### Organisation :

Les joueurs en colonne placés derrière un plot doivent effectuer un aller-retour, ballon en main. Ils effectuent minimum : 2 solo aller, tournent autour de la balise distante de 10 m et effectuent à nouveau 2 solo pied pour finir par une passe à la main au partenaire qui attend le ballon pour démarrer.

#### Aménagement :

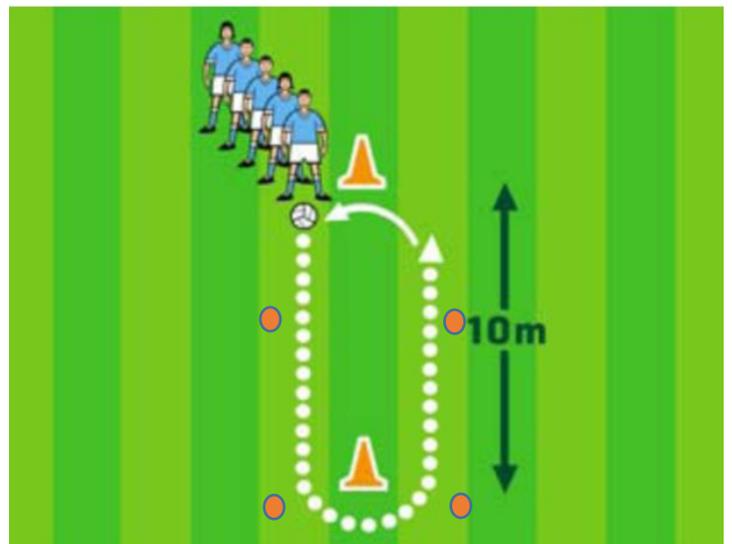
Placer tous les 4m une coupelle repère pour marquer le solo pied à effectuer.

#### Attention particulière :

Bien respecté les conseils de l'exercice précédent :

1. Lâcher le ballon dans la main du côté qui donne le coup de pied
2. Avancez, déposez le ballon sur le pied
3. Lorsque le ballon touche le pied, relevez les orteils
4. Jambe d'appui légèrement fléchie
5. Tendez les bras pour attraper le ballon

Coordination : Tête – Mains – Pieds



---

*Transition (Fun games)*

---

A la fin de l'exercice, utiliser des chasubles pour composer les équipes en alternant sans chasuble et couleurs distribuées (3 couleurs différentes dans chaque triplète) pour faire quatre équipes de 7 joueurs

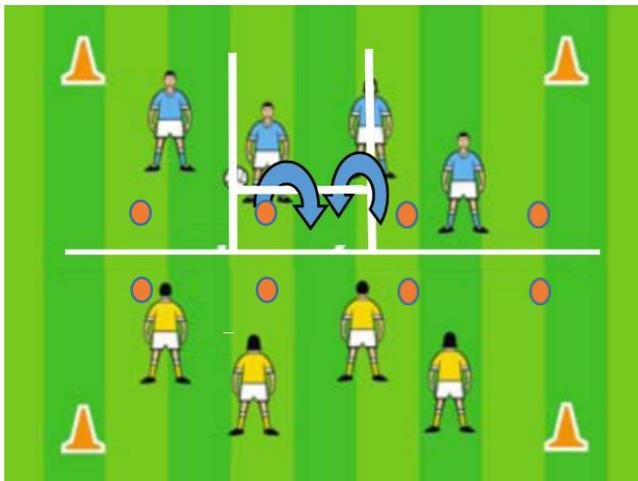
Les élèves en colonnes sont placés par triplètes. On distribue consécutivement : couleur 1, couleur 2, couleur 3, sans chasuble, couleur 1, couleur 2, ...etc ...

**(5 minutes)**

## OVER THE RIVER

15'

Mise en situation de passe au pied (**hook kick** et **punt kick**) et réception (**body catch low catch** et **high catch**).



### Organisation :

Chaque équipe (7 joueurs) se place sur une moitié de terrain (15m X 15m).

Chaque équipe peut jouer à la fréquence qui lui plait avec pour débiter 2 ballons.

Chaque équipe pourra réceptionner tous les ballons qui lui seront adressés.

La relance du ballon doit être fait au pied entre les perches et au-dessus de la barre des poteaux d'entraînement placé à la limite des deux demi-terrains.

Les ballons doivent retomber dans les limites du demi-terrain qui est en face.

### Aménagement :

Délimiter une zone inaccessible de 3m dans chaque terrain à proximité de la ligne médiane où les ballons ne peuvent tomber et les joueurs récupérer les ballons (the river).

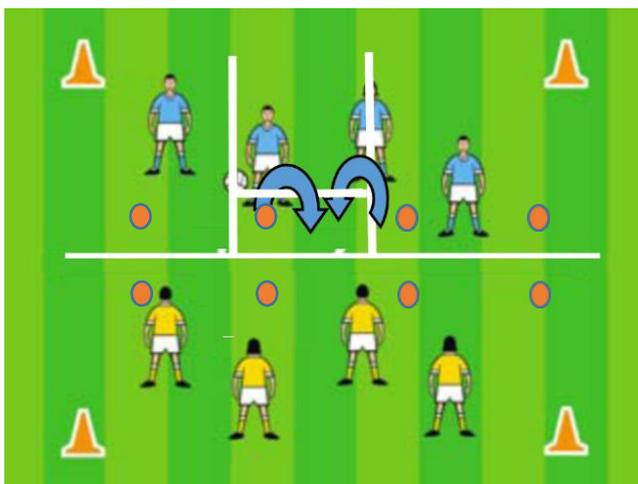
### Attention particulière :

Bien insister sur le positionnement vertical du torse lors du shoot et la position des mains lors du high catch (pouces joints et mains en W).

## DOWN THE RIVER

2 X 15'

Même organisation que pour « Over the river » (exercice précédent) mais en introduisant une opposition entre équipes.



### Organisation :

Chaque équipe (7 joueurs) se place sur une moitié de terrain (15m X 15m).

Les équipes jouent à tour de rôle lorsque le ballon est passé dans leur camp avec 1 ballon.

La relance du ballon doit être fait au pied entre les perches et au-dessus de la barre des poteaux d'entraînement placé à la limite des deux demi-terrains.

Les ballons doivent retomber dans le camp adverse.

L'objectif de l'équipe est que tous les joueurs adverses soient éliminés.

Un joueur est éliminé :

- Suite à son tir si le ballon ne passe pas entre les perches et au-dessus de la barre (Punkt)
- Suite à son tir si le ballon sort des limites du terrain adverse
- Si à la réception, il touche le ballon et le laisse tombé
- (Aménagement) Si le joueur conserve son ballon plus de 4 secondes

- (Aménagement) Si le joueur tire son ballon dans la rivière
- Si le joueur entre dans la zone d'exclusion (The river)
- Si l'équipe adverse cumule trois points et le désigne comme éliminé

1 point :

- Pour qu'une équipe puisse marquer 1 point, il faut que le ballon touche le camp adverse sans qu'un jour de l'autre équipe ne touche le ballon.

3 points : Avec un cumul de trois points, l'équipe peut :

- Choisir d'éliminer un joueur adverse
- (Aménagement) Ou permettre à un joueur éliminé (dans l'ordre des éliminés) de regagner la zone de jeu.

Règle particulière :

- On ne cumule pas élimination et 1 point.
- Si le ballon touche les montants du but et revient dans le camp du tireur sans sortir de la zone, le ballon est conservé (sauf s'il tombe dans la rivière).

**Attention particulière :**

Insister sur les réceptions la couverture du terrain et le placement des tirs avec des trajectoires plutôt tendues pour marquer.

**Aménagement :**

Tournoi sur deux terrains :

équipe A Vs équipe B - équipe C Vs équipe D

vainqueur A vs B Vs vainqueur C vs D – perdant A vs B Vs perdant C vs perdant D

Classement équipe 1 (2 victoires) équipe 2 (1 victoire / 1 défaite + le plus grand nombre de joueurs présents sur les deux matchs) équipe 3 (1 victoire / 1 défaite + le plus grand nombre d'éliminés sur les deux matchs) équipe 4 (2 défaites)

---

*Match (Real situation)*

---

Composition des équipes : (cf – résultats de « Down the river »)

**(3 minutes)**

Equipe avec chasuble : équipe 1 + équipe 4

Equipe sans chasuble : équipe 2 + équipe 3

## MATCH

**2 X 7'**

**Organisation :**

Demi terrain de foot - 11 Vs 11 avec remplaçants.

2 mi-temps de 7 minutes