

Le pilou en EPS

La mise en place, dans le cadre de l'EPS, d'une unité d'apprentissage du pilou s'intègre pleinement dans la compétence « coopérer, s'opposer individuellement, collectivement ». Cette UA, adaptée à des élèves de cycle 3 (et de fin de CE1), doit emmener les élèves plus loin qu'une simple découverte de ce sport régional afin de développer leur capacité motrice.

Les séances proposées durent 45 minutes seulement car ce sport assez difficile à apprendre peut lasser les élèves au bout d'un temps d'activité trop long mais on peut aller jusqu'à une heure. Cependant les dernières séances comportant de nombreuses phases de matchs peuvent durer plus longtemps.

Chaque séance doit être précédée d'un échauffement composé de petites courses et d'étirements des muscles des jambes et des adducteurs ; puis terminée par quelques minutes d'étirements et de retour au calme.

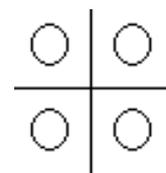
La fiche à but culturel jointe ci-après propose des liens vers l'instruction civique et la géométrie doit être faite en classe après la première séance. La chanson du pilou (du groupe Nux Vomica) peut également être apprise aux élèves.

Pour fabriquer les pilous (un pour deux élèves), il faut utiliser des morceaux de plastique, les découpés dans des sacs plastiques classiques, les plier en flèches et les insérer dans le centre de la pièce ou de la rondelle de plombier (que l'on trouve dans tous les magasins de bricolage). Il faut enfin, brûler légèrement puis aplanir le plastique situé sous la pièce afin que celui-ci tienne bien.

En fin de séquence il est intéressant de faire confectionner aux élèves un pilou chacun (faits avec des rondelles) afin qu'ils puissent jouer par la suite. Evidemment, l'adulte se chargera de brûler le plastique sous la pièce.



Un véritable terrain de pilou est constitué de quatre cercles d'un mètre de diamètre distants d'un mètre cinquante de chaque droite formant la croix. Afin que les enfants aient moins de difficultés à réussir à marquer, cette séquence propose que les cercles aient un diamètre d'1,5m et soient distants d'1m de chaque droite.



Séance 1 : Découverte de l'objet et manipulation, engager le pilou

Objectifs	Critères	Déroulement et consignes	Durée
Découverte de l'objet	Réalisation : lancer vers le haut du pilou.	Distribution d'un pilou pour 2 élèves. Les élèves prennent connaissance de l'objet et de ses particularités.	5 min
	Réussite : remarquer et se demander pourquoi le pilou retombe toujours sur la pièce.	Pas de consignes particulières mises à part celles de sécurité. Petite phase de discussion emmenant les élèves à dire que le pilou retombe toujours sur la pièce car celle-ci est plus lourde.	2 min

Lancer le pilou avec précision (Atelier 1)	Réalisation : lancer le pilou dans le cerceau. Réussite : lancer le pilou en cloche.	Disposition de cerceaux sur le sol. Consigne : faire tomber le pilou dans le cerceau en se plaçant sur la ligne (toujours pas de consignes sur les parties du corps à utiliser).	10 min
Comprendre que le pilou est un objet qui s'échange, se passe (Atelier 2)	Réalisation : lancer le pilou vers son partenaire. Réussite : son camarade attrape le pilou.	Un pilou pour 2. Consigne : se lancer, échanger le pilou avec son partenaire (toujours pas de consignes sur les parties du corps à utiliser).	10 min
Comprendre comment engager l'échange du pilou	Réalisation : lancer le pilou en cloche vers son partenaire. Réussite : son partenaire le touche de la cuisse.	Consigne : lancer le pilou à son partenaire afin que celui-ci, en levant la jambe, le touche avec la cuisse. Petite phase de discussion emmenant les élèves à dire qu'il faut lancer le pilou en cloche pour que son partenaire puisse le rattraper avec sa cuisse.	15 min

Séance 2 : Premier contact entre le pied et le pilou

Objectifs	Critères	Déroulement et consignes	Durée
Savoir engager le pilou	Réalisation : tenir le pilou par la pièce entre ses doigts ou la poser sur la paume de sa main afin de lancer le pilou en cloche vers son partenaire. Réussite : son partenaire le touche de la cuisse.	Reprise de l'exercice de la séance précédente en utilisant les nouvelles acquisitions sur l'engagement. Consigne : lancer le pilou à son partenaire afin que celui-ci, en levant la jambe, le touche avec la cuisse.	15 min
Envoyer le pilou dans une zone déterminée	Réalisation : tenir le pilou, l'envoyer juste devant soi et le frapper avec le pied vers la zone. Réussite : le pilou tombe dans la zone.	Consigne : taper dans le pilou avec le pied afin qu'il tombe dans la zone délimitée par les plots. Petite phase de discussion emmenant les élèves à comprendre qu'il faut envoyer le pilou légèrement en l'air devant soi et attendre qu'il redescende avant de lever la jambe pour le frapper avec le pied.	15 min

Faire une passe	Réalisation : tenir le pilou, l'envoyer juste devant soi et le frapper avec le pied vers son partenaire. Réussite : le partenaire rattrape le pilou.	Consigne : cette fois, il faut frapper le pilou avec le pied pour l'envoyer à son partenaire, pour cela, envoyer vous le à vous-même et taper le avec le pied en direction de votre partenaire, le partenaire doit essayer de le rattraper à la main.	15 min
-----------------	---	---	--------

Séance 3 : Reprise de ce qui a été vu les deux premières séances puis premier affrontement un attaquant face à un défenseur

Objectifs	Critères	Déroulement et consignes	Durée
Savoir engager le pilou	Réalisation : tenir le pilou par la pièce entre ses doigts ou la poser sur la paume de sa main afin de le lancer le pilou en cloche vers son partenaire. Réussite : son partenaire le touche de la cuisse.	Reprise de l'exercice de la séance précédente en utilisant les nouvelles acquisitions sur l'engagement. Consigne : lancer le pilou à son partenaire afin que celui-ci, en levant la jambe, le touche avec la cuisse.	7 min
Faire une passe	Réalisation : tenir le pilou, l'envoyer juste devant soi et le frapper avec le pied vers son partenaire. Réussite : le partenaire rattrape le pilou.	Consigne : frapper le pilou avec le pied pour l'envoyer à son partenaire, pour cela, envoyer vous le à vous-même et taper le avec le pied en direction de votre partenaire, le partenaire doit essayer de le rattraper	7 min
Pour l'attaquant : Réaliser un tir d'attaque	Réalisation : tenir le pilou, l'envoyer juste devant soi et le frapper avec le pied vers le cercle de son partenaire. Réussite : marquer un pilou (un but).	Tracer à la craie un cercle de 1,5 mètre de diamètres distant d'environ 1 mètre d'une ligne au sol 	10 min
Pour le défenseur : savoir défendre	Réalisation : bien regarder le pilou et le chasser d'au dessus du rond avec une partie du corps autorisée (tout le corps sauf les bras et les mains).	Consigne : l'un des 2 élèves est attaquant et a donc le pilou en main et doit se l'engager à lui-même puis le tirer dans le cercle de son adversaire celui-ci se place derrière la ligne au départ ; l'autre élève doit empêcher le pilou de taper dans le cercle c'est le défenseur ; si le pilou tape dans le cercle, il y a « pilou », l'attaquant marque un point (la ligne ne compte pas).	10 min

	Réussite : le pilou ne tombe pas dans le rond alors que sa trajectoire l'y emmenait.	Changement des rôles. Petite discussion sur le placement du défenseur par rapport au cercle emmenant les élèves à dire qu'il est préférable pour le défenseur d se placer juste devant le cercle.	
--	--	--	--

Séance 4 : Passer du rôle d'attaquant à celui de défenseur, commencer à s'échanger le pilou

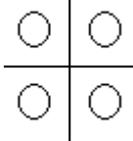
Objectifs	Critères	Déroulement et consignes	Durée
Pour l'attaquant : Réaliser un tir d'attaque	Réalisation : tenir le pilou, l'envoyer juste devant soi et le frapper avec le pied vers le cercle de son partenaire. Réussite : marquer un pilou (un but).	Reprise du dernier exercice de la séance précédente Tracer à la craie un cercle de 1,5 mètre de diamètres distant d'environ 1 mètre d'une ligne au sol.	7 min
Pour le défenseur : savoir défendre	Réalisation : bien regarder le pilou et le chasser d'au dessus du rond avec une partie du corps autorisée (tout le corps sauf les bras et les mains). Réussite : le pilou ne tombe pas dans le rond alors que sa trajectoire l'y emmenait.	Consigne : l'un des 2 élèves est attaquant et a donc le pilou en main et doit se l'engager à lui-même puis le tirer dans le cercle de son adversaire celui-ci se place derrière la ligne au départ ; l'autre élève doit empêcher le pilou de taper dans le cercle c'est le défenseur ; si le pilou tape dans le cercle, il y a « pilou », l'attaquant marque un point. Changement des rôles.	7 min
Passer du rôle d'attaquant à celui de défenseur au cours d'un match	Réalisation : attaquer par un tir visant à marquer puis juste après défendre son cercle. Réussite : gagner la rencontre.	Utiliser les le cercle de l'exercice précédent et tracer un second cercle de l'autre côté de la ligne à la même distance et de même diamètre.  Consigne : cette fois vous avez un cercle chacun, vous êtes donc à la fois attaquant et défenseur, lorsque le pilou tombe de votre côté de la ligne il est à vous, vous vous l'engagez et attaquez alors que l'autre défend et ainsi de suite. Quand un « pilou » est marqué vous changez de camp.	15 min

S'échanger le pilou	<p>Réalisation : engager correctement et faire des passes en cloche vers le partenaire.</p> <p>Réussite : s'échanger plusieurs fois le pilou sans que celui-ci touche le sol.</p>	<p>Consigne : dans cet exercice, vous allez engager le pilou vers votre partenaire comme vous l'avez appris lors des séances précédentes, seulement cette fois celui-ci va devoir vous le renvoyer sans que le pilou touche le sol et ainsi de suite, essayez de faire un maximum d'échanges, vous pouvez toucher le pilou deux fois d'affilé (par exemple un contrôle de la cuisse et une passe du pied).</p>	10 min
---------------------	---	--	--------

Séance 5 : Réutiliser une mauvaise attaque de son adversaire contre lui

Objectifs	Critères	Déroulement et consignes	Durée
S'échanger le pilou	<p>Réalisation : engager correctement et faire des passes en cloche vers le partenaire</p> <p>Réussite : s'échanger plusieurs fois le pilou sans que celui-ci touche le sol</p>	<p>Reprise du dernier exercice de la séance précédente.</p> <p>Consigne : dans cet exercice, vous allez engager le pilou vers votre partenaire, seulement cette fois celui-ci va devoir vous le renvoyer sans que le pilou touche le sol et ainsi de suite, essayez de faire un maximum d'échanges, vous pouvez toucher le pilou deux fois d'affilé (soit faire un jongle, par exemple un contrôle de la cuisse et une passe du pied).</p>	10 min
<p>Passer du rôle d'attaquant à celui de défenseur au cours d'un match</p> <p>Réutiliser une mauvaise attaque de son adversaire contre lui</p>	<p>Réalisation : attaquer par un tir visant à marquer puis juste après défendre son cercle.</p> <p>Réussite : gagner la rencontre.</p>	<p>Utilisation des terrains avec deux cercles de 1,5m de diamètre séparés par une ligne.</p>  <p>Consigne : vous avez un cercle chacun, vous êtes donc à la fois attaquant et défenseur, lorsque le pilou tombe de votre côté de la ligne il est à vous, vous vous l'engagez et attaquez alors que l'autre défend et ainsi de suite. Quand un « pilou » est marqué vous changez de camps. Essayez d'intercepter un tir de votre adversaire un peu en cloche afin de mener une attaque directement sans avoir à réengager le pilou.</p> <p>Faire des petits matchs de 4 minutes, faire varier les adversaires.</p>	15 min

Séance 6 : Evaluation et prolongement

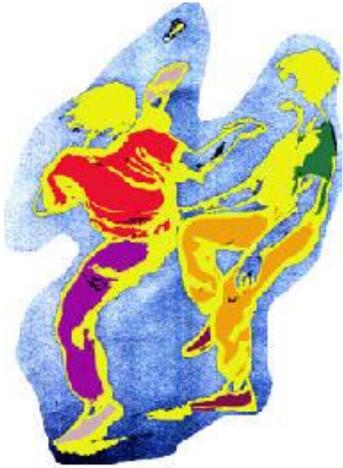
Objectifs	Critères	Déroulement et consignes	Durée
<p>Passer du rôle d'attaquant à celui de défenseur au cours d'un match</p> <p>Réutiliser une mauvaise attaque de son adversaire contre lui</p> <p>Evaluation</p>	<p>Réalisation : attaquer par un tir visant à marquer puis juste après défendre son cercle.</p> <p>Réussite : gagner la rencontre</p> <p>Critères d'évaluation :</p> <ul style="list-style-type: none"> - l'élève cherche à marquer - l'élève arrive à tirer vers le cercle adverse - l'élève défend son cercle - l'élève reprend le pilou de volée - l'élève gagne des matchs 	<p>Utilisation des terrains avec deux cercles de 1,5m de diamètre séparés par une ligne.</p>  <p>Consigne : vous avez un cercle chacun, vous êtes donc à la fois attaquant et défenseur, lorsque le pilou tombe de votre côté de la ligne il est à vous, vous vous l'engagez et attaquez alors que l'autre défend et ainsi de suite. Quand un « pilou » est marqué vous changez de camps. Essayez d'intercepter un tir de votre adversaire un peu en cloche.</p> <p>Faire « une montée de terrain » c'est à dire numéroté les terrains, à la fin d'un match le gagnant « monte » au terrain plus fort (numéro plus proche de 1) et le perdant « descend » au terrain d'en dessous. Ceci permet d'avoir, après plusieurs matchs, une idée du niveau de chaque élève par rapport à la classe.</p>	20 min
<p>Jouer au pilou par équipe</p> <p>Connaître les véritables règles d'un match de pilou.</p>	<p>Réalisation : proposer des solutions d'attaques à son partenaire, faire une passe, un tir.</p> <p>Réussite : gagner la rencontre.</p>	<p>Ce prolongement est difficile et paraît accessible seulement à des classes de fin de cycle 3 ou à quelques élèves maîtrisant bien l'engagement, le contrôle et la passe. Mais d'un point de vue culturel, il est important que les élèves essayent de jouer au pilou tel qu'il se pratique véritablement.</p> <p>Cette fois il faut tracer un terrain comportant 4 cercles séparés par une croix.</p>  <p>Consigne : les coéquipiers sont sur la même diagonale et doivent essayer de marquer un pilou, les attaquants (ceux qui ont le pilou) peuvent sortir de leurs camps (les défenseurs, eux ne peuvent le</p>	20 min

		<p>faire qu'une fois que les attaquants sont sortis) celui qui a le pilou engage à la main vers son coéquipier puis va se placer proche d'un cercle adverse et demande une passe afin de marquer en reprenant le pilou du pied, de la tête ou de la poitrine par exemple. Celui à qui appartient le camp dans lequel le pilou est tombé, le ramasse et l'engage vers son partenaire.</p> <p>Au bout de trois tentatives infructueuses retombant dans son camp et sans que les adversaires aient touché le pilou, on leur donne le pilou et donc l'engagement.</p> <p>Quand un pilou est marqué, tout le monde change de camp en tournant dans le sens des aiguilles d'une montre.</p>	
--	--	---	--

Fiche culturelle sur les deux pages suivantes, suivie des paroles de la chanson du pilou :

Le pilou

Lou pilou



Le pilou est un jeu sportif typiquement niçois. Il s'apparente plus ou moins au badminton et au football.

Il se joue avec un volant constitué d'une vieille pièce trouée et d'une flèche de papier plastique.



On jongle avec un pilou un peu comme on jongle avec un ballon.

1) La pièce (*la peça*)

Le mot « pilou » vient du côté pile de la pièce utilisée pour le fabriquer.



Pièce pouvant être utilisée pour jouer au pilou

Que peux-tu lire sur cette pièce ?

Donc, dans quel pays a-t-elle été utilisée ?

De quelle année date-t-elle ?

Que remarques-tu en son centre ?

Les pièces trouées, utilisées pour jouer au pilou ont été en circulation dans notre pays de 1914 à 1947 et ce n'est que par la suite que des niçois s'en sont servis pour créer des pilous.

2) Le volant

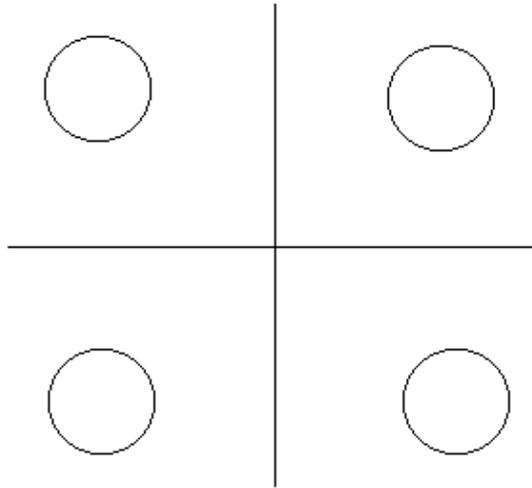
Le volant est la partie légère du pilou, celui-ci permet à la pièce de toujours retomber bien à plat.

Au départ, le volant était constitué de papier toilette (bien différent de celui que l'on utilise aujourd'hui) ou de papier d'emballage du pain ou des oranges.

De nos jours, on utilise le papier plastique des sacs de supermarché.

3) Les règles du jeu

Le pilou est un jeu collectif, il se joue à deux contre deux sur un terrain tracé au sol de la manière suivante :



Quels éléments ou figures géométriques reconnais-tu ?

Les co-équipiers sont sur la même diagonale et doivent se faire des passes et envoyer le pilou dans un des cercles des adversaires. Comme au football, les joueurs ont le droit de toucher le pilou avec toutes les parties du corps exceptés les mains et les bras.

Chaque année la centaine de joueurs de pilou se retrouve dans le village de Coaraze, le premier week end du mois de juillet, pour participer à un tournoi appelé « championnat du monde de pilou ».



Pour avoir plus de renseignements sur ce jeu sportif tu peux aller sur le site : sitedepilou.free.fr

Lo Pilo

Paroles et musique: NUX VOMICA

Pour jouer c'est pas compliqué
Prends une vieille pièce trouée
Une rondelle un bout de papier
T'as 5 minutes je vais t'expliquer
Prends donc cette feuille fais en une fusée
Et enquille la au mitan de la pièce

Refrain :

C'est un jeu d'argent qui te coûte pas un franc
Pilha, leva, jeta, sauta, pilha, leva, jeta, sauta
C'est un jeu marrant qui t'explode pas les dents
Pilha, leva, jeta, sauta, pilha, leva, jeta, sauta
C'est un jeu comment c'est pas pour les pédants
Pilha, leva, jeta, sauta, pilha, leva, jeta, sauta
C'est un jeu éclatant c'est pas que pour les grands
Pilha la rondella e manda la dins lou redon
Ponpon ... Ponpon ... Ponpon ...

Prends un morceau de craie pour faire le tracé
Une croix 4 ronds dimension imposée
Il faut la relever la faire voler
Vas'y t'as qu'à jongler
Vas'y fais nous rêver
Si tu veux t'enflammer mets-lui un coup de pied

Refrain

Si tu passes l'été sur la Côte d'Azur Au lieu d'te faire bronzer
Sur cette plage engluée
Je te propose de t'élever
Jusqu'à destination Coaraze
Là il existe une rencontre internationale
Dans ce pays les champions peuvent y habiter
Dans mon village à Coaraze
Même St Roch ils ont éclaté

Refrain