

# PITCHAK

# PITCHAK

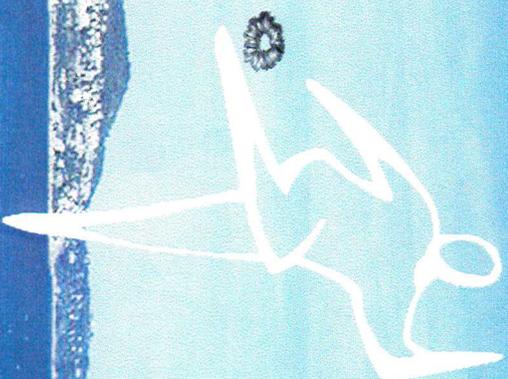
# PITCHAK

Le jeu, le sport,  
le plaisir,  
la récrépitchak

L'éducation  
à l'économie  
durable

La santé,  
la lutte contre  
l'obésité

La solidarité  
et l'éducation  
citoyenne



GABRIELICH Songo  
04 93 97 47 15

## Contact



[www.lepitchak.com](http://www.lepitchak.com)  
[pitchak@laposte.net](mailto:pitchak@laposte.net)



Retrouvez nous sur  
les réseaux sociaux



BANQUE POPULAIRE  
CÔTE D'AZUR  
[www.bpca.fr](http://www.bpca.fr)



Un projet solidaire au  
profit de la lutte  
contre la faim



## PRÉSENTATION

### UN PEU D'HISTOIRE

Le Pitchak est un jeu traditionnel de la région niçoise. Il se pratiquait dans les années 60-70. Aujourd'hui, le collègue Jean-Henri Fabre de Nice fait revivre ce jeu à l'initiative de Serge Gabrielich, professeur d'éducation physique, qui est à l'origine de ce projet.



### FABRICATION

Le Pitchak est fabriqué à partir de vieilles chambres à air fournies par la société Véloway (société exploitante de Vélo Bleu) et Décathlon Lingostière. Les chambres à air recyclées sont découpées en rondelles et deviennent des balles de jonglage solides et pratiques à utiliser sur de petits espaces de jeu.



### LA SOLIDARITÉ

Le premier sport solidaire sur internet ! En effet, pour chaque Pitchak acheté sur le site, un euro est reversé à la délégation des Alpes-Maritimes d'Action Contre la Faim pour lutter contre ce fléau dans le monde.



## RÈGLES

**Nombre de joueurs:** 1 à 4.

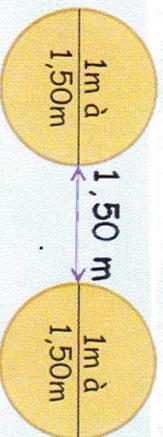
**Âge:** à partir de 6 ans.

**Lieu:** en extérieur.

**Réception & jongle:** Les jongles s'effectuent avec le pied, genoux et tête sans faire tomber le Pitchak à terre. Les contrôles s'effectuent avec la poitrine, le pied, le genoux et la tête.

D'autres pratiques sont possibles avec les mains : jongler ou faire des échanges comme au volley-ball.

**Terrain de jeu:** 1 à 4 cercles de 1m à 1m50 de diamètre séparés l'un de l'autre.



### LE BAT DU JEU

#### 1 - Le Match

Faire tomber le Pitchak dans le terrain de l'adversaire délimité par des cercles pour marquer un point.

#### 2 - Le Record

Faire le plus grand nombre de jongles en individuel ou en équipe.



## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

Stimuler la pratique ludique et sportive des jeune écoliers et collégiens.

Lutter contre la sédentarité et les risque d'obésité chez les jeunes.

Initier les collégiens à la vie de l'entreprise en développant un projet concret de micro-entreprise éducative et solidaire.

Développer l'esprit de solidarité et la citoyenneté en sensibilisant au problème de la lutte contre le faim dans le monde au travers de ce jeu (le Pitchak), symbole et partenaire d'Action Contre la Faim.

Sensibiliser les jeunes à l'économie durable et à l'économie circulaire.

