

CYCLE THEQUE

THEMATIQUE ABORDEES

Sport / jeux sportifs

PRESENTATION GENERALE

Les jeux proposés vont permettre à l'enfant de pratiquer un sport tout en s'amusant.

NOMBRE DE SEQUENCES DU CYCLE

6 séances (moyenne de 45 mn)

PUBLIC / AGE ET NOMBRE MINIMAL/MAXIMAL D'ENFANTS

Minimum 8 ans

2 équipes de 5 enfants minimum à 10 enfants maximum

IDEES DE SORTIE EN RAPPORT AVEC LE CYCLE

Rencontre de baseball.

PROGRAMME DES SEANCES

Séance 1 / 2 : Petite Thèque

Séance 3 / 4 : Grande Thèque

Séance 5 / 6 : Thèque Football

PROLONGEMENT/APPROFONDISSEMENT (LIENS)

Aller à la rencontre d'un club ou de joueur de base-ball

Ouverture vers un cycle « sports américains »



SÉANCE 1/2 :

PETITE THEQUE.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Maîtrise du corps : amélioration de gestes techniques : lancers, passes, tirs et de facteurs fonctionnels : vitesse, détente, force, adresse.
- Structuration espace-temps : occupation du terrain situation, orientation, déplacements, appréciation de distances, trajectoires et vitesse.
- Organisation de l'équipe (parce que ne faisant pas intervenir d'opposition directe sur un même terrain pour les trimeurs).

NOMBRE ET COMPÉTENCES DES INTERVENANTS

1 animateur

MATÉRIEL NÉCESSAIRE

Un ballon type handball ou une grosse balle molle
4 quilles

AMÉNAGEMENT DE L'ESPACE

Un terrain de sport en extérieur

DURÉE TOTALE

> 40 min

DÉROULÉ

But : Chaque équipe essaie, alternativement, de marquer le plus grand nombre de points.

Les joueurs de la première équipe (ronds blancs sur l'illustration ci-dessous) sont en position de batteurs. A partir du point A le premier joueur lance obligatoirement le ballon à l'intérieur de l'angle xAy et part aussitôt en courant autour du pentagone.

Les joueurs de l'équipe deux (en ronds noirs), sont en position de trimeurs sur le terrain. Dès que le batteur a lancé la balle, les trimeurs s'emparent du ballon au plus vite et essaient de le toucher dans sa course autour du terrain (à la volée, sauf à la tête).

Un batteur sur le point d'être touché peut s'arrêter à l'une des bases en criant « base ». Dans ce cas il peut repartir pour terminer son tour une fois que le batteur suivant a lancé la balle.

Règles :

Les trimeurs ont la possibilité de se faire des passes. Ils ne peuvent pas faire plus de 3 pas avec le ballon.

Les batteurs, dans leur course, ne peuvent revenir en arrière. Deux batteurs ne peuvent se doubler ou s'arrêter sur la même base (le premier parti est alors éliminé)
Attention à ne pas viser la tête

Décompte des points :

Le batteur qui accomplit son tour en une seule fois, sans être touché sur le parcours, marque 3 points

Le batteur touché en course ne marque pas de point.

Le batteur qui termine en effectuant un ou plusieurs arrêts marque un point.

Les points de chaque équipe sont totalisés à la fin de chaque manche.

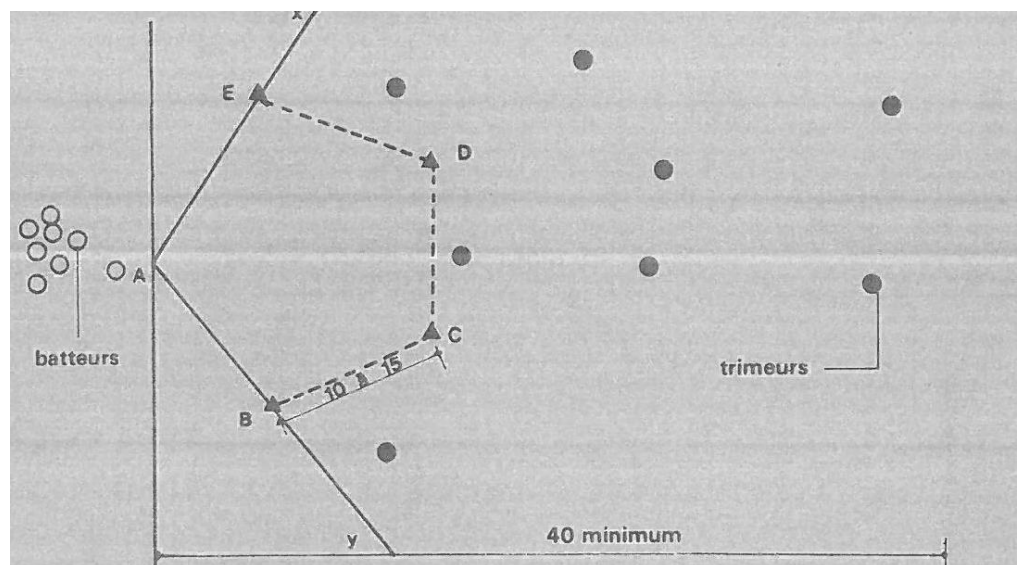
Adaptation :

Le jeu peut être adapté :

- En faisant varier la distance entre deux bases en fonction de l'âge, de la balle, de la technique de lancer.
- En modifiant les règles pour insister sur un intérêt éducatif.
- Par exemple : possibilité de lancer au pied, avec obligation de lancer au-delà du pentagone : cela amène les batteurs à lancer en force et les trimeurs à mieux s'organiser sur le terrain.

VARIANTES :

1. Le toucher du batteur peut être remplacé par l'envoi de la balle dans le pentagone. Il est alors possible de permettre au batteur de revenir à la base précédente.
2. **Ballon quilles**
Le batteur lance le ballon pour qu'il rebondisse à l'intérieur du carré. Puis il fait le tour du carré en renversant les quilles en A, B, C, et D. Pendant ce temps, les trimeurs récupèrent le ballon et l'envoient obligatoirement en A. A l'envoi en B, qui l'envoie en C, qui l'envoie en D. le joueur D renverse la quille de la main dès qu'il tient le ballon de l'autre main. Le joueur qui renverse la quille le premier marque un point sur son équipe.



SEANCE 3/4 :

Grande Thèque

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- Maîtrise du corps : amélioration de gestes techniques : lancers, passes, tirs, frappe de balle avec raquette ou batte ; et de facteurs fonctionnels : vitesse, détente, force, adresse.
- Structuration espace-temps : occupation du terrain situation, orientation, déplacements, appréciation de distances, trajectoires et vitesse.

NOMBRE ET COMPETENCES DES INTERVENANTS

1 animateur

MATERIEL NECESSAIRE

Une balle de tennis (ou en mousse)

Une batte ou une raquette de jokari

4 quilles

AMÉNAGEMENT DE L'ESPACE

Un terrain assez grand en extérieur.

DURÉE TOTALE

> 40 min

DEROULE

BUT : Chaque équipe essaie, alternativement, de marquer le plus grand nombre de points.

Les joueurs de la première équipe (ronds blancs sur le dessin ci-dessous) sont en position de batteurs. Un passeur (de préférence le meneur) placé à 3 ou 4 m sur le côté envoie la balle en direction du premier batteur. Celui-ci doit frapper la balle à la volée, avec sa batte. Dès qu'il l'a frappée, il pose la batte et fait le tour du pentagone. Les joueurs X ou trimeurs récupèrent la balle et la font parvenir à leur gardien placé dans un cercle, au centre du pentagone.

Règles :

- Les trimeurs ont la possibilité de se faire des passes. Ils ne peuvent pas faire plus de trois pas avec la balle.
- Les batteurs dans leur course ne peuvent revenir en arrière. Deux batteurs ne peuvent se doubler ou s'arrêter à la même base. (Le premier parti est alors éliminé).
- Le batteur peut refuser 2 lancers du passeur (il a droit à 3 essais). La balle doit tomber obligatoirement dans l'angle xAy, à l'extérieur du pentagone.
- Si la balle est bloquée à la volée (« gobée ») par un trimeur ou si elle parvient au gardien alors que le batteur est entre deux bases, celui-ci est éliminé.

Décompte des points :

- Le batteur, qui, après sa propre frappe, effectue un tour complet marque 3 points et a la possibilité de commencer un deuxième tour.
- Le batteur éliminé (voir plus haut) ne marque pas de point.



- Le batteur qui est sur une base lorsque la balle est gobée ou lorsqu'elle parvient au gardien n'est pas éliminé. Il peut terminer son tour au jeu suivant. Il marque alors un point.

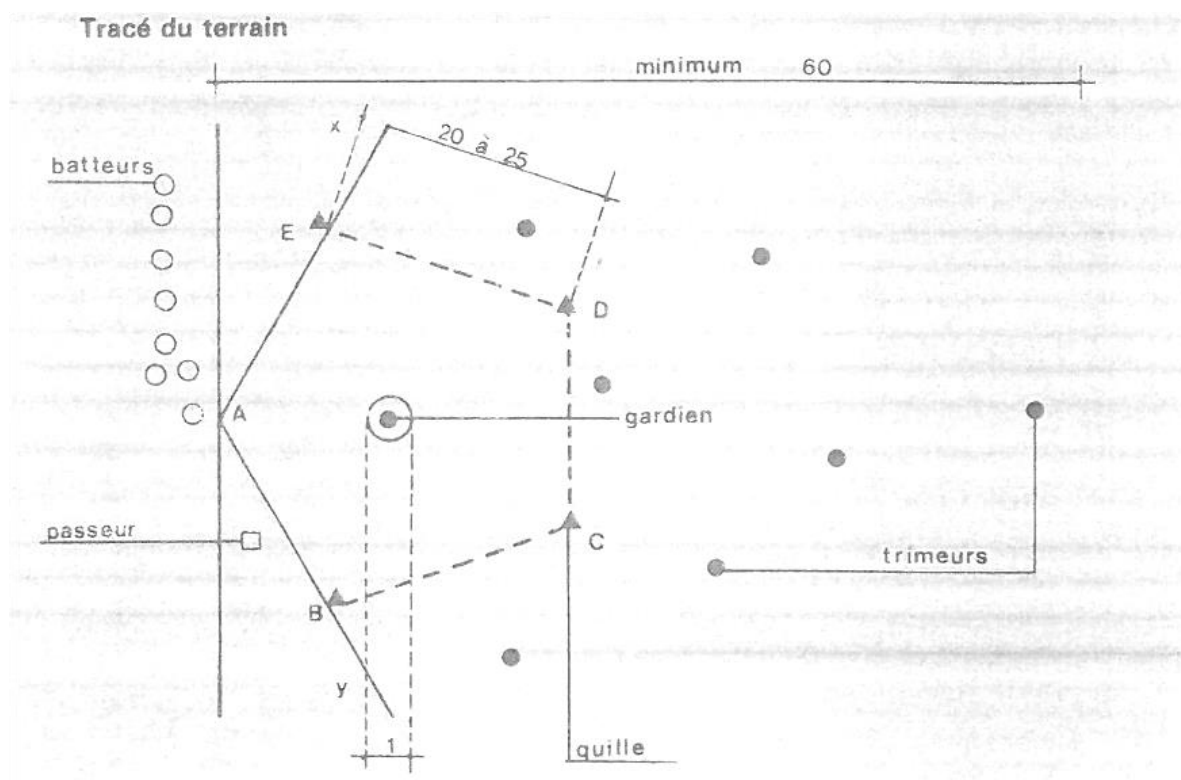
Adaptations :

On peut adapter le jeu :

- en choisissant une batte ou une raquette selon l'adresse des participants.
- en faisant varier le nombre d'essais pour frapper la balle.
- en faisant lancer la balle par le gardien (qui est un adversaire du batteur).
- en faisant varier la distance entre les bases suivant l'adresse, la force ou la rapidité des joueurs.

VARIANTE :

Le départ du jeu est le même, mais il n'y a changement de rôle que lorsque la balle est gobée par les trimeurs. Cela oblige les trimeurs à mieux se répartir sur le terrain et à essayer de bloquer la balle. Les batteurs eux, sont obligés de « travailler » davantage leur tir.



SEANCE 5/6 :

Thème FOOTBALL

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- Maîtrise du corps : amélioration de gestes techniques : lancers, passes, tirs, frappe de balle avec raquette ou batte ; et de facteurs fonctionnels : vitesse, détente, force, adresse.
- Structuration espace-temps : occupation du terrain situation, orientation, déplacements, appréciation de distances, trajectoires et vitesse.

NOMBRE ET COMPETENCES DES INTERVENANTS

1 animateur

Matériel nécessaire

Deux ballons de football

AMÉNAGEMENT DE L'ESPACE

Terrain de football ou possibilité de matérialiser des buts et une surface de réparation.

DURÉE TOTALE

> 40 min

DEROULE

BUT : Chaque équipe essaie de marquer le plus grand nombre de points.

Les joueurs de la première équipe (en ronds blancs) sont en position de batteurs. Le premier envoie en direction du terrain un premier ballon placé en D. Puis il se dirige en A où est posé un deuxième ballon, avec lequel il effectue, en dribblant au pied, le parcours A – B- C- D.

Pendant ce temps l'équipe adverse (celle des trimeurs) récupère le ballon. Après avoir effectué au minimum trois passes, les trimeurs tirent au but (non gardé) tout en veillant bien à rester à l'extérieur de la zone ABCD.

Règles :

Interdiction pour les trimeurs de toucher la balle avec les mains et de se déplacer avec le ballon.

Décompte des points :

- Si le batteur arrive en D avant que le but ne soit marqué, son équipe marque un point.
- Si les trimeurs marquent le but avant que le batteur ait fini son parcours, ils marquent un point.

Adaptations :

Le point doit pouvoir être marqué aussi bien par les batteurs que par les trimeurs. Si ce n'est pas le cas, il faudra adapter le jeu :

- Pour les batteurs :

En augmentant la longueur du trajet A B C D.

En ajoutant des difficultés sur le trajet (obstacles/chicanes)



- Pour les trimeurs :
En faisant varier le nombre de passes
En limitant la zone de tir (au-delà des 18 m par exemple)
En diminuant la largeur des buts

VARIANTE :

1. En gardant la dominante football :
Les batteurs sont en cercle à l'extérieur du terrain (l'engagement se fait alors du point de corner)
Ils doivent faire une tour au ballon (en jouant au pied) avant que le but ne soit marqué.
2. Peut aussi s'adapter au rugby et au volley.

