

# Balle-molle d'hiver

*Activité*

**Ressource:**

Au-delà des murs : activités pour l'extérieur

**Année(s):** 7e 8e

**Cycle(s):** Intermédiaire

**Contexte :** Programme intra-muros

**Saison :** Hiver

## Aperçu de l'activité

Les participants jouent à une activité amusante dans un environnement hivernal afin d'établir des relations saines et des liens sociaux tout en découvrant les bienfaits de l'activité physique à l'extérieur à longueur d'année.

Consultez la page de [Considérations en matière de sécurité](#) de la ressource Au-delà des murs : activités pour l'extérieur pour de plus amples renseignements sur les normes de sécurité, des considérations de sécurité en hiver et des consignes relatives aux aires et aux surfaces de jeu extérieures visant à assurer la sécurité des participants.

## Matériel

- Cônes
- Divers ballons (p. ex., peau d'éléphant, ballon de soccer) à lancer ou botter à l'extérieur

## Préparation

Invitez des participants qui le souhaitent à être des responsables des activités. Organisez des séances avec ces derniers pour planifier et mettre en œuvre des activités intra-muros avec le superviseur du programme intra-muros (membre du personnel enseignant), et ainsi offrir des possibilités enrichissantes de participer à des activités extérieures en hiver.

## Avant le jeu

- Passez en revue les consignes de sécurité et les règles pour l'activité avec les participants.
- Établissez les limites de l'aire de jeu et expliquez-les aux participants.
- Divisez l'aire d'activité en sections pour accommoder le nombre d'équipes participantes et pour favoriser le mouvement des participants par temps froid.
- Divisez les participants en équipes de quatre ou cinq selon le nombre de participants. Pour favoriser le mouvement des participants en hiver, vous pourriez créer des équipes de trois ou quatre. Les équipes se joignent à une équipe adverse.
- Demandez aux équipes de préparer leur terrain de balle-molle modifié en plaçant trois cônes à distances égales pour former un triangle. Attribuez un but à chaque cône (marbre, premier but, deuxième but).
- Demandez aux équipes de déterminer les participants qui seront au bâton et ceux qui joueront sur le terrain.
- L'objectif est de marquer un point en envoyant le ballon sur le terrain et de faire le tour des buts en courant pour retourner au marbre avant que l'équipe défensive ne puisse renvoyer le ballon au marbre.
- Les « frappeurs » peuvent botter ou lancer le ballon. Si le ballon est botté, il doit demeurer au sol pour être « en jeu ». S'il est botté dans les airs, c'est une « prise ». Si un joueur choisit d'envoyer le ballon sur le terrain en le bottant, les joueurs défensifs peuvent utiliser leurs mains pour le récupérer ou l'arrêter, mais doivent utiliser leurs pieds pour le passer au sol et le renvoyer au marbre avant que le « frappeur » ne touche ou croise le cône. Si le « frappeur » lance le ballon, les joueurs peuvent utiliser leurs mains pour récupérer le ballon et le lancer au marbre.

- Le ballon doit demeurer sur le terrain de jeu; sinon, c'est un retrait automatique.
- Les coureurs doivent toucher à chaque cône en courant. Les joueurs de l'équipe défensive ne peuvent pas faire entrave au coureur ou lui bloquer le passage.
- Il ne peut y avoir qu'un seul coureur sur les buts à la fois.
- Une manche est terminée lorsque tous les joueurs de l'équipe offensive ont eu leur tour.
- Encouragez les participants à faire part de leurs commentaires concernant l'évènement en réfléchissant aux sentiments ressentis lors de leur participation à l'activité physique quotidienne à l'extérieur en hiver, aux éléments qui leur ont apporté le plus de plaisir, et à ce qui pourrait leur apporter du plaisir à l'avenir pour continuer de participer à des activités intra-muros en hiver.

## Adaptations

Voici quelques conseils qui pourraient optimiser le degré de difficulté et le plaisir pour les participants.

- Invitez les participants à déterminer un système de pointage pour le jeu ou adaptez-le pour le rendre plus difficile.
- Adaptez l'aire de jeu pour accommoder le nombre de participants (p. ex., ajouter des buts, augmenter la superficie).

## Modifications

Voici quelques conseils qui pourraient optimiser l'inclusion et le plaisir de l'ensemble des participants.

- Faites appel à des approches inclusives pour accroître ou réduire le degré de difficulté et trouver un rôle pour chaque participant en vue de favoriser une pleine participation.
- Invitez les participants à penser à des façons de réduire les déplacements ou de se déplacer plus lentement dans l'aire de jeu pour favoriser l'inclusion et la réussite de l'ensemble des participants.
- Pour les participants à mobilité réduite : apportez des modifications aux règles du jeu et demandez à l'ensemble du groupe de penser à des moyens de rendre le jeu plus statique pour que tous les participants aient la même chance de réussir.