

# Course jusqu'au but

*Activité*

**Ressource:** RécréAgir

**Cycle(s):** Primaire Moyen

**Catégorie de jeux ACpJ :** Jeux frapper/saisir

**Lieux :** Gymnase, espace extérieur (p. ex., champ, terrain asphalté)

## Éléments communs à ces jeux et sports

Les jeux frapper/saisir sont des activités dans lesquelles les joueurs marquent des points en frappant un objet et en courant ensuite aux endroits désignés et empêchent leurs adversaires de marquer des points lorsqu'ils jouent à la défensive en récupérant l'objet et en le ramenant à l'endroit désigné pour arrêter le jeu. En s'adonnant à ces jeux, les participants peuvent acquérir les principales habiletés et tactiques nécessaires pour jouer à d'autres jeux de cette catégorie ou à des jeux qui requièrent la mise en application d'habiletés, de concepts et de stratégies semblables (p. ex., baseball, cricket, balle au camp, balle-molle).

## Survol de l'activité

Les participants apprennent et s'entraînent à frapper une balle pour marquer un point et à récupérer une balle afin d'empêcher le frappeur de marquer des points.

# Habilités motrices, concepts du mouvement et habiletés tactiques

Tout au long de l'activité, soulignez les habiletés, les concepts et les tactiques nécessaires pour aider les participants à frapper et à récupérer une balle. Cette liste n'est pas exhaustive et d'autres occasions d'apprentissage peuvent se présenter au cours de l'activité.

## Habilités motrices et concepts liés au mouvement

- Manipulation et conscience de l'effort : utiliser une force contrôlée pour frapper un objet avec un instrument; mettre en application des habiletés de manipulation pour attraper et récupérer la balle (p. ex., se tenir debout en position prête à recevoir, les pieds écartés à la largeur des épaules et les bras tendus pour attraper la balle).
- Mettre en application les habiletés appropriées pour envoyer un objet avec un instrument de frappe (p. ex., s'assurer d'avoir les pieds écartés un peu plus qu'à la largeur des épaules et transférer la majeure partie de son poids sur le pied arrière lorsque l'on se prépare à frapper une balle).

## Habilités tactiques

Comprendre et établir des tactiques pour récupérer rapidement la balle afin d'empêcher le frappeur de marquer des points (p. ex., passer la balle rapidement et la rapporter au té).

## Éléments à prendre en compte

- Intégrez certaines (ou l'ensemble) des variantes énumérées dans la section « Variantes » lors de la planification de l'activité. Ainsi, il sera possible de mieux satisfaire aux besoins et aux champs d'intérêt des participants issus de divers milieux et possédant diverses identités lors du jeu tout en maximisant le plaisir, l'inclusion et la participation de tous.
- Accordez une plus grande place aux perspectives et aux choix des participants et interrompez l'activité périodiquement pour leur présenter les variantes. Demandez-leur de choisir de quelle façon il serait préférable de modifier l'activité afin de maximiser le plaisir, l'inclusion, la participation et les chances de réussite de tous. Encouragez les participants à ajouter d'autres variantes de leur choix.

## Matériel

- 1 but par groupe (p. ex., cerceau, carré de tapis, disque en caoutchouc, ruban adhésif)
- 1 objet par groupe pour indiquer une zone désignée près du té (p. ex., cône, corde à sauter, disque en caoutchouc, carré de tapis) (optionnel)
- 1 té ou cône par groupe
- 2 à 3 instruments de frappe par groupe (p. ex., bâtons en caoutchouc, raquettes, raquettes en mousse en forme de sucette)
- 3 balles par groupe (p. ex., balles souples, balles peau d'éléphant, balles en mousse)

## Sécurité

- Inspectez l'aire d'activité et le matériel pour retirer tout ce qui peut poser un risque de blessures. Vérifiez que la surface de jeu offre une traction suffisante.
- Établissez les limites de l'aire de jeu à une distance sécuritaire des murs et des obstacles et montrez-les aux participants.
- Passez en revue les consignes de sécurité et les règles pour l'activité avec les participants.
- Demandez aux participants d'avoir conscience de leur entourage lors du jeu, y compris de l'endroit où se trouvent les autres personnes.

## Consignes pour le jeu

- Divisez les participants en groupes de trois ou en petits groupes (p. ex., de 4 à 6 personnes).
- Les groupes installent un té (ou un cône) et un but devant celui-ci à une distance de leur choix. Les groupes peuvent augmenter ou diminuer la distance entre le té et le but à tout temps pendant le jeu.
- Les groupes se répartissent, avec un participant, le frappeur, au bâton. Les autres participants sont les joueurs défensifs chargés de récupérer la balle frappée et de la ramener au té.
- Les groupes décident des règles pour le jeu défensif sur le terrain (p. ex., les joueurs ramènent la balle au té, font rouler la balle jusqu'à un objet désigné à côté, mais à une distance sécuritaire du té, passent la balle à tous les joueurs sur terrain avant de la ramener au té). Les groupes peuvent changer ces

règles après que chaque participant a eu son tour au bâton.

- Le premier frappeur choisit un instrument de frappe (p. ex., bâton en caoutchouc, raquette, raquette en mousse en forme de sucette) et une balle (p. ex., balle souple, balle peau d'éléphant, balle en mousse) pour frapper depuis le té vers le terrain. Les participants peuvent choisir d'utiliser leur bras, leur main ou leur pied pour frapper la balle, éliminant l'utilisation du té.
- Le frappeur frappe la balle depuis le té, ou avec son bras, sa main ou son pied.
- Le frappeur tente ensuite de se déplacer vers son but et de revenir au té le plus de fois possible avant qu'un des joueurs sur le terrain ne récupère la balle et ne la replace sur son té, ou jusqu'à ce que la balle soit envoyée au-delà d'un endroit désigné. Le frappeur est éliminé si la balle est attrapée par un joueur sur le terrain avant de toucher le sol, ou lorsque la balle est ramenée au té ou qu'elle traverse l'endroit désigné et que le frappeur est entre le té et le but.
- Un point est marqué chaque fois que le frappeur revient sauf à son té.
- Après que le frappeur a eu trois tours au bâton, les participants changent de rôle pour que chaque participant ait un tour au bâton. Les participants peuvent choisir la balle à envoyer et la manière de la frapper à chaque tour au bâton (p. ex., avec le même instrument de frappe ou un autre, avec le bras, la main ou le pied).
- Après un certain temps, présentez aux participants certaines (ou l'ensemble) des variantes. Demandez-leur de déterminer comment le jeu pourrait être changé pour accroître le plaisir, la difficulté et les chances de réussite. Encouragez-les à ajouter d'autres variantes de leur choix.
- Envisagez de demander aux groupes de partager leurs idées de variantes et de choisir une autre variante à essayer avec leur groupe.

## Vidéo : Représentation visuelle des consignes pour l'activité

[Lien à la vidéo](#)

### Pause apprentissage

Tout au long de l'activité, posez des questions ouvertes pour aider les participants à améliorer leurs habiletés motrices et à affiner leurs stratégies et leurs solutions tactiques. Voici quelques exemples :

- Comment décidez-vous où envoyer la balle pour marquer le maximum de points?
- Comment décidez-vous comment frapper la balle? Est-ce que cela change en fonction du type de balle que vous choisissez?
- Combien de force devez-vous utiliser pour frapper la balle et l'envoyer dans un espace libre? Est-ce que cela change en fonction du type de balle ou de l'instrument de frappe que vous sélectionnez?
- Où et comment positionnez-vous votre corps pour réussir à récupérer la balle?
- Comment travaillez-vous avec votre groupe pour récupérer la balle et la ramener sur le té ou le cône, ou de l'autre côté d'un endroit désigné?
- Quels sont les jeux ou sports que vous avez pratiqués ou que vous connaissez où les règles et stratégies sont similaires à celles utilisées dans ce jeu?

## Variantes

- Jouer en groupes plus grands, le marbre au milieu; le frappeur envoie la balle dans toutes les directions, y compris derrière lui.
- Jouer en grands groupes et avec deux frappeurs, en veillant à ce que les frappeurs soient espacés de manière à ne pas se heurter avec leur instrument de frappe lors de leurs élans.
- Attraper la balle en utilisant un instrument (p. ex., cône retourné, seau) lors du jeu défensif sur le terrain.
- Faire lancer la balle par quelqu'un.