

# Balles aller-retour

*Activité*

**Ressource:** RécréAgir

**Cycle(s):** Primaire Moyen

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

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

## Éléments communs à ces jeux et sports

es 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 un objet vers les membres de leur groupe et à travailler en groupe pour récupérer un objet.

# Habiletés 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 un objet. Cette liste n'est pas exhaustive et d'autres occasions d'apprentissage peuvent se présenter au cours de l'activité.

## **Habiletés motrices et concepts liés au mouvement**

Manipulation et conscience de l'effort : utiliser une force contrôlée pour envoyer l'objet vers une zone désignée où se trouvent des membres du groupe; mettre en application des habiletés de manipulation pour recevoir et récupérer l'objet (p. ex., tourner l'épaule du côté de la main qui ne frappe pas pour se préparer à frapper avec l'autre main, balancer la main qui frappe vers l'arrière comme si elle était sur un pendule, faire contact à l'avant avec la paume de la main tournée vers la direction souhaitée pour envoyer l'objet, frapper l'objet avec une main et un poignet fermes, finir avec le nombril tourné vers la cible et le coude levé vers les membres du groupe).

## **Habiletés tactiques**

Comprendre et établir des tactiques pour rapporter les balles dans le seau rapidement (p. ex., envoyer l'objet près de membres du groupe; collaborer pour couvrir l'espace).

## **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, la participation et les chances de réussite 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 bac par groupe
- 2 cerceaux par groupe
- 3 ou 4 gros objets à envoyer par groupe (p. ex., balles de tennis, ballons de plage, balles en mousse, ballons de soccer, anneaux de deck-tennis, ballons de football 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 petits groupes (p. ex., 3 à 6 personnes).
- Les groupes établissent une aire d'activité dans un espace désigné éloigné des autres groupes. Les membres des groupes placent les deux cerceaux en face d'eux dans leur espace d'activité. Les groupes placent leur bac contenant 3 ou 4 objets près d'un des cerceaux.
- Les participants forment une file au cerceau sans le bac.
- Le premier participant de la file (le frappeur) se déplace vers le bac du groupe.
- Le participant sélectionne un objet du bac, entre dans le cerceau à côté du bac et envoie (p. ex., en frappant avec la main, en faisant rouler, en lançant, en donnant un coup de pied tout en maintenant l'objet au sol) l'objet vers les autres membres du groupe.
- Les autres membres du groupe récupèrent ensuite l'objet, se le passent l'un à l'autre avant de le placer dans le cerceau où le groupe a commencé et de retourner dans leur file.

- Le premier participant retourne à son groupe, touche le prochain participant de la file et se place à l'arrière de la file. Rappelez aux participants qu'il faut toucher une personne dans le dos ou sur les bras, et non lui donner un coup de poing ou une tape, la pousser, ou l'agripper.
- Tour à tour, les participants envoient les objets.
- 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 :

- Lorsque vous envoyez l'objet, comment positionnez-vous votre corps pour l'envoyer vers les membres de votre groupe?
- Lorsque vous récupérez l'objet, que faites-vous pour aider votre groupe à récupérer rapidement tous les objets?
- 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

- Changer la distance entre les cerceaux dans l'espace de jeu du groupe après que chaque participant a eu l'occasion d'être le frappeur.
- Choisir un instrument pour envoyer l'objet (p. ex., un bâton en mousse, bâton en plastique, raquette en mousse, raquette en mousse en forme de sucette).

- Attraper l'objet avec un instrument (p. ex., cône inversé, seau).