

# Ballon coopératif

*Activité*

**Ressource:** RécréAgir

**Cycle(s):** Intermédiaire Supérieur

**Catégorie de jeux ACpJ:** Jeux filet/mur

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

## Éléments communs à ces jeux et sports

Les jeux filet/mur sont des activités dans lesquelles les joueurs envoient un objet dans une partie du terrain ou de l'aire de jeu défendu par leurs adversaires. L'objectif en est de faire atterrir l'objet à un endroit où il sera difficile pour les adversaires de le renvoyer. 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., volleyball assis, tennis, badminton, squash, racquetball, volleyball, sepak takraw, tennis en fauteuil roulant).

## Survol de l'activité

Les participants apprennent et s'entraînent à utiliser un instrument pour envoyer et recevoir un objet par-dessus un filet pour maintenir un échange.

# 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 envoyer un objet par-dessus un filet pour maintenir un échange. 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

- Conscience du corps☒: comprendre le positionnement requis lors de la réception ou de l'envoi d'un objet, et la relation entre les mouvements du corps et l'envoi par-dessus le filet ou la réception (p. ex., anticiper où le ballon pourrait atterrir et se mettre en position pour le recevoir; garder les genoux fléchis, les pieds espacés à la largeur des épaules et les bras tendus pour recevoir le ballon).
- Manipulation et conscience de l'effort☒: utiliser une force contrôlée pour envoyer un objet par-dessus le filet (p. ex., être capable de contrôler la force lors de l'envoi du ballon par-dessus le filet vers les participants pour que les autres puissent facilement le renvoyer, afin de le garder dans les limites de l'aire de jeu); mettre en application les habiletés pour être efficace à la réception d'un objet (p. ex., adopter rapidement une position prête à recevoir à nouveau le ballon).

## Habilités tactiques

- Conscience des tactiques☒: acquérir une compréhension des principes du jeu (p. ex., savoir où et comment envoyer et recevoir l'objet par-dessus le filet pour maintenir un échange).
- Performance☒: démontrer les habiletés, techniques et tactiques nécessaires pour envoyer et recevoir l'objet par-dessus le filet (p. ex., établir des stratégies avec le groupe pour maintenir un échange, comme varier la hauteur et la vitesse du ballon et la distance qu'il parcourt lorsqu'il est envoyé par-dessus le filet).

## 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 ballon par groupe (p. ex., ballons de dimensions et textures variées, ballons sans latex)
- 1 ensemble de poteaux de volleyball (bien coussinés) et un filet ou une solution de rechange par groupe (p. ex., systèmes de volleyball portables, cônes, ou cordes à sauter pour établir les lignes et les limites de l'aire de jeu)

## Sécurité

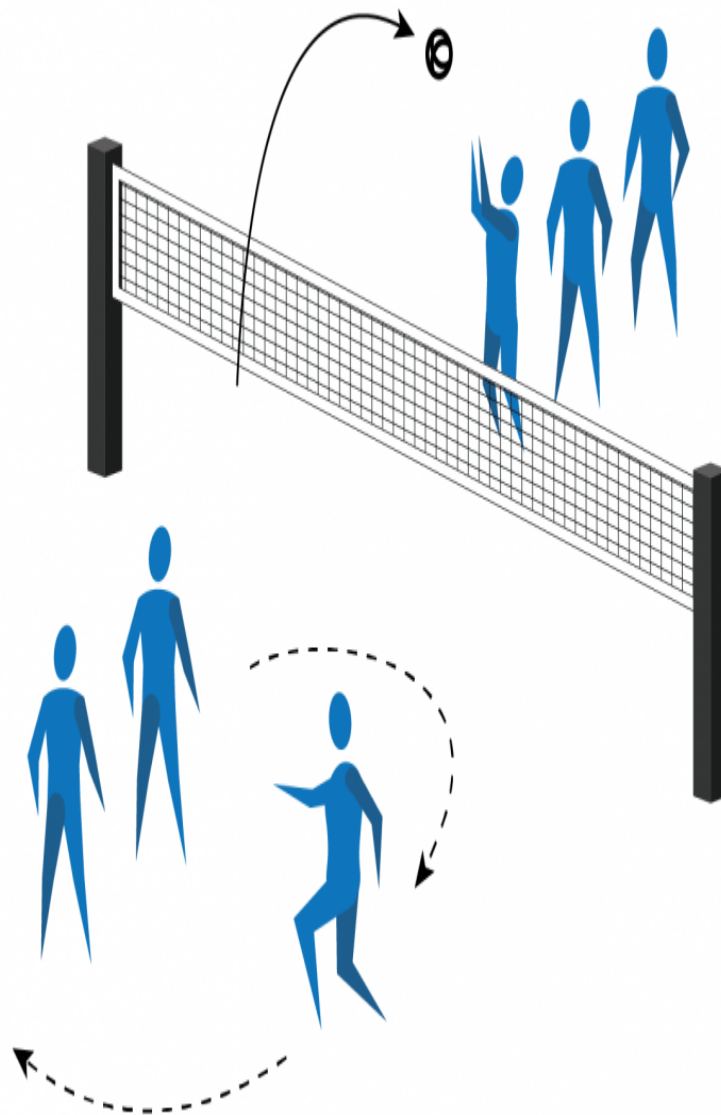
- Inspectez l'aire d'activité et le matériel pour retirer tout ce qui peut poser un risque de blessures.
- Vérifiez que la surface de jeu offre une traction suffisante.
- Établissez les limites de l'aire de jeu à une distance sécuritaire des murs et des obstacles et montrez-les aux participants.
- Passez 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., 4 à 6 personnes). Deux groupes jouent par partie.
- Le jeu se déroule sur un terrain de volleyball traditionnel. Si le jeu se joue dans un espace autre qu'un gymnase, les groupes aménagent leur terrain comme un terrain de volleyball traditionnel dans l'espace d'activité en utilisant des cônes ou des cordes à sauter pour établir les lignes et les limites du terrain.
- Assignez un terrain par deux groupes. Chaque groupe choisit un côté du terrain.

- Les participants se mettent en file les uns derrière les autres de chaque côté de leur terrain à partir du milieu du terrain.
- Les participants des deux lignes travaillent ensemble pour envoyer et recevoir le ballon par-dessus le filet afin de créer et maintenir un échange.
- L'échange commence lorsque le premier participant d'une des files envoie le ballon par-dessus le filet en utilisant un lancer par-dessous, puis se rend à la ligne de fond de son propre côté avant de rejoindre la fin de sa file.
- Le premier de la file du côté opposé du terrain renvoie le ballon en faisant une touche (avant-bras) ou une manchette, puis se rend également à la ligne de fond de son côté avant de rejoindre l'arrière de sa file.
- Les participants travaillent ensemble en utilisant une combinaison d'habiletés d'envoi pour maintenir un échange et empêcher le ballon de toucher au sol.
- Si le ballon touche au sol, un nouvel échange commence.
- 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.

## Image☒: Représentation visuelle des consignes pour l'activité



### 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 envoyez-vous le ballon pour qu'il soit facile pour le participant de l'autre côté du filet de le renvoyer de votre côté?
- Comment vous positionnez-vous sur le terrain pour être prêt à recevoir le ballon?
- Comment communiquez-vous de manière verbale et non verbale avec vos coéquipiers lorsque vous envoyez et recevez une passe?
- 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

- Commencer en plaçant le filet plus bas et augmenter progressivement la hauteur (p. ex., après un nombre défini de passes réussies au-dessus du filet).
- Permettre un rebond avant de recevoir le ballon.
- Attraper le ballon avant de l'envoyer de l'autre côté du filet.
- Modifier la séquence pour l'envoi (p. ex., envoyer le ballon une fois à soi-même ou au joueur suivant dans la file, puis au-dessus du filet).
- Disperser les participants sur le terrain et les faire envoyer et recevoir le ballon en position assise.