



J+S-Kids: Introduction au baseball – Leçon 10

Match de T-ball

Auteur

Carmen Schaub, cheffe de discipline et experte J+S Baseball/Softball

Conditions cadres

Durée de la leçon ≥60 minutes
Niveau simple moyen difficile
Âge recommandé 8 à 10 ans
Taille du groupe 18 (minimum 6, maximum 20)
Env. du cours Terrain de football ou salle de sport double
Aspects de sécurité Voir le document de base

Objectifs/But d'apprentissage

Les enfants jouent un vrai match de T-ball. Toutes les positions sauf celle du catcher sont occupées. Le coach prend la position de catcher.

Indications

Pour des enfants entre 5-7 ans, il n'y a pas de vainqueur ni de perdant. Il n'y a pas d'out. Les coureurs ne peuvent atteindre qu'une seule base. Dès que tous les joueurs ont passé à la batte, on change les équipes. Afin que les enfants ne s'ennuient pas, il est important de changer les positions comme par exemple chaque 2 frappeurs. Cela aide à ce que les enfants soient plus longtemps concentrés.

Contenu

MISE EN TRAIN

| Durée | Thème/Exercice/Forme de jeu | Organisation/Esquisse | Matériel |
|-------|---|-----------------------|----------|
| 5' | Locomotive – Baserunning Les enfants sont répartis équitablement sur les 4 bases. Le premier enfant de chaque groupe court le tour des bases. Dès qu'il est de retour sur la base de départ, le suivant part. On court jusqu'à ce que le train complet ait fait le tour. Le premier coureur s'arrête à la base de départ, les prochains courent plus loin, le deuxième coureur s'arrête ensuite, etc. | | Bases |
| 5' | Pantin simple ou variantes | En cercle | |

PARTIE PRINCIPALE

| Durée | Thème/Exercice/Forme de jeu | Organisation/Esquisse | Matériel |
|-------|---|-----------------------|---|
| 10' | Lancer <ul style="list-style-type: none">• A genou• De côté• Avec pas | | Balles souples Gants |
| 30' | Match de T-ball Former deux équipes de même force. Les enfants donnent un nom à leur équipe. L'équipe défensive prend place sur le terrain. L'équipe offensive frappe en premier. Changement dès que chaque membre de l'équipe offensive a frappé 1 fois. Règles du jeu et illustration: voir document de base | | Bases Balles souples Casques Gants |

PARTIE FINALE

| Durée | Thème/Exercice/Forme de jeu | Organisation/Esquisse | Matériel |
|-------|---|-----------------------|----------|
| 5' | Ranger ensemble et rituel de conclusion | | |