

# Cahier pratique 31: Baseball

**Tous les enfants aiment la balle brûlée. Les plus grands se passionnent, eux, pour son grand frère, le baseball. Les finesses tactiques donnent une touche particulière à ce jeu dans lequel il ne suffit pas de courir tête baissée...**

Le baseball a traversé l'océan il y a plus de 25 ans. A peu près l'âge de la fédération suisse de baseball fondée en 1981. Le jeu gagne du terrain à l'école, notamment au secondaire II où il ouvre de nouveaux horizons aux élèves.

De la traditionnelle balle brûlée au jeu final complexe et plein de finesses tactiques, les étapes sont nombreuses et enrichissantes.



## Une place à part

Le baseball est une activité complète: il requiert de bonnes capacités de coordination – anticipation, réaction, orientation et différenciation –, et des aptitudes physiques spécifiques – vitesse de démarrage et d'action en tête.

Contrairement aux autres sports collectifs, l'endurance joue un rôle mineur au baseball, les séquences étant très courtes et espacées. Les capacités cognitives sont par contre très sollicitées, la perception et la lecture du jeu étant primordiales.

Le baseball apparaît donc comme un complément intéressant aux grands jeux classiques puisqu'il ouvre de nouvelles pistes d'apprentissage.

## Construction linéaire

Ce cahier pratique aborde l'activité pas à pas, au rythme des différents éléments techniques et des règles de jeu spécifiques. La balle brûlée constitue le point de départ. Six formes de jeu progressives permettent de se rapprocher des spécificités du baseball, avec une intégration des règles et tactiques de base qui font évoluer le jeu.

Pour chaque nouvel élément, plusieurs formes de jeu et d'exercices sont proposées. Les formes simples conviennent sans problème aux élèves du secondaire 1 tandis que les phases plus techniques et tactiques trouveront un écho favorable chez les plus grands.

[Cahier pratique 31: Baseball](#) (pdf)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO