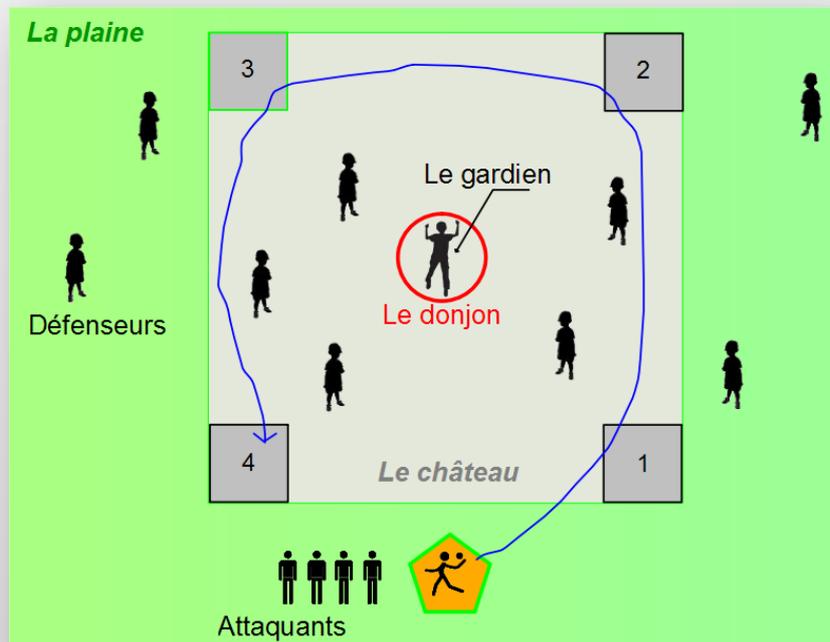


Fiches ateliers Soft Ball - Cycle 3

Atelier 1 : Le jeu du château

Matériel :

- 1 cerceau
- 1 balle molle ou balle de tennis
- 4 bases ou coupelles



Objectifs pédagogiques :

Découvrir :

- le sens du jeu,
- les rôles différenciés (attaquant/ défenseur),
- l'espace de jeu : « tour » = base « le château » = champ intérieur « la plaine » = champ extérieur

But / règles du jeu :

2 équipes de 8 à 10 joueurs.

Jeu en 2 manches : inversion des rôles défenseurs / attaquants.

Chaque attaquant tente de marquer 1 point en courant jusqu'à la 4ème tour, avant que le gardien du donjon ne reçoive la balle passée par les défenseurs.

L'attaquant doit marcher chaque base.

Rôle des attaquants :

L'attaquant envoie la balle dans la « plaine » (champ extérieur) ou bien il la fait rouler au sol dans le château (champ intérieur).

Lorsque l'attaquant arrive à la 4ème tour (base), il crie « STOP » (la balle doit s'arrêter).

Tour complet obligatoire pour marquer un point.

Rôle des défenseurs :

Interdiction de marcher avec la balle.

Les défenseurs doivent relancer la balle (**en 3 relais minimum**) au Gardien du donjon qui crie « J'ai ! ».

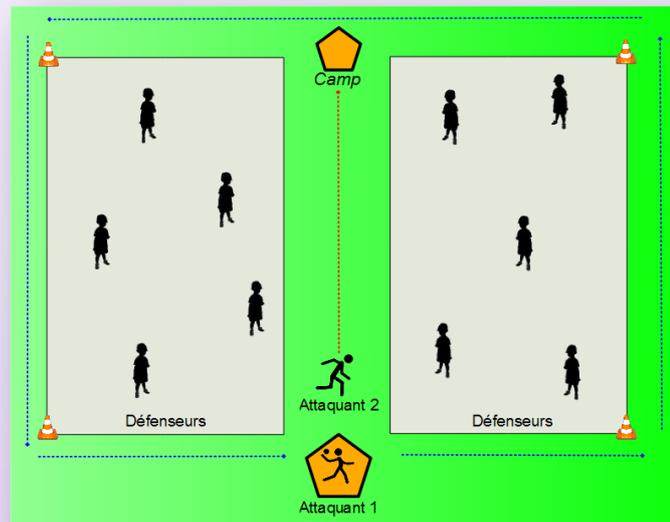
Le gardien peut mettre un pied en dehors de son cercle.

Fiches ateliers Soft Ball - Cycle 3

Atelier 2 : Le chasse-coureur

Matériel :

- 1 balle molle ou balle de tennis
- 4 grands cônes
- 2 bases ou coupelles



Objectifs pédagogiques :

- Assumer des rôles différenciés (défenseur/ attaquant)
- Elaborer des stratégies collectives pour faire circuler la balle et relayer
- Courir vite
- Lancer loin
- Attraper/ bloquer la balle

But / règles du jeu :

- Principe de la balle au chasseur
- L'équipe marque 1 point, si l'attaquant n°1 fait 1 tour complet et que l'attaquant n°2 rejoint son camp, sans être touchés.

Variante possible : On ne peut tirer que sur l'attaquant n°2, mais il doit faire des allers-retours jusqu'à ce que l'attaquant n°1 soit arrivé.

Rôle des attaquants :

L'attaquant envoie la balle dans le carré de jeu et court en passant derrière les plots. Le coureur traverse le couloir pour rejoindre le camp.

Rôle des chasseurs (défenseurs) :

Les chasseurs (défenseurs) doivent récupérer la balle pour tirer sur les attaquants et les empêcher de marquer 1 point. Le nombre de passes est libre.

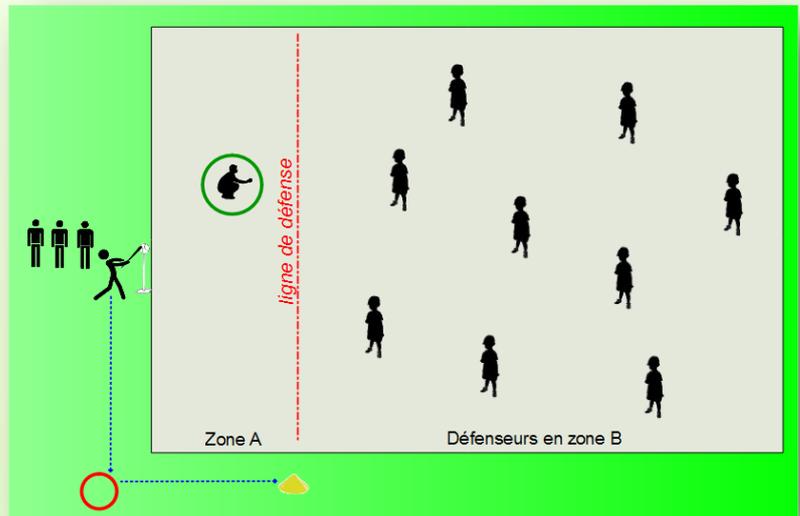
Fiches ateliers Soft Ball - Cycle 3

Atelier 3 : Le zone-ball

*Inspiré du jeu imaginé par G. Meldrum (enseignant américain à Rome en 1984).
Article paru dans la revue EPS n° 203 de Fév. 1987*

Matériel :

- 1 coupelle pour la base
- 1 lot de coupelles pour délimiter le terrain et la ligne de défense
- 2 cerceaux
- 1 support : tee ou grand plot
- 1 batte
- 1 balle de tennis



Objectifs pédagogiques :

- Assumer des rôles différenciés (attaquant/ défenseur)
- Connaître le principe de jeu :
« Le batteur s'oppose à l'équipe des défenseurs » : mise en place très simplifiée avec un terrain rectangulaire et une cible unique (la coupelle).

But / règles du jeu :

- 2 équipes de 4 à 9 joueurs.
- L'équipe des batteurs attaque, le but pour chaque batteur est d'arriver sur la coupelle sans être éliminé.
- Lorsque les défenseurs ont éliminé 3 batteurs, on change de rôle.
- Les défenseurs passent à l'attaque et inversement.

Rôle des attaquants :

Le batteur envoie la balle dans la zone B et il court pour toucher la coupelle avec le pied (arrêt obligatoire), en posant la batte dans son espace de sécurité (cerceau rouge).
2 essais possibles à la frappe, après, élimination et point à l'adversaire.

Le batteur marque :

- 1 point s'il arrive sur la coupelle avant que les défenseurs aient renvoyé la balle à leur receveur (zone A)

Variante :

- 2 points s'il revient au cerceau rouge et brandit la batte en l'air.

Rôle des défenseurs :

En attente de la frappe, les défenseurs doivent tous être placés en zone B. Ils doivent éliminer le batteur en relayant la balle au receveur placé en zone A. Le nombre de relais est libre.

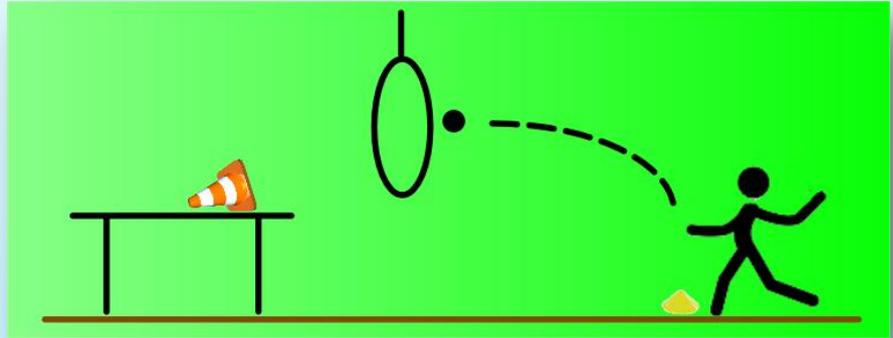
Variante : Le lanceur est éliminé si la balle est attrapée de volée.

Fiches ateliers Soft Ball - Cycle 3

Ateliers 4 et 5 : La cible – Le lanceur

Matériel :

1 table
Coupelles pour marquer
la distance de tir
Grands cônes pour cibles
1 cerceau
balles de tennis



Objectifs pédagogiques :

- Apprendre à viser.
- Apprendre à lancer loin sur des lancers tendus.
- Technique du lancer par-dessus (défenseur).
- Obtenir un lancer tendu.
- Repérer son niveau de performance pour la stabiliser et l'améliorer.

But / règles du jeu :

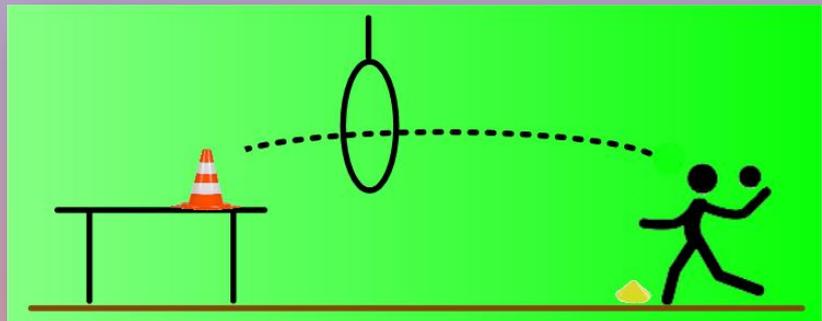
- Lancer sur cible : à travers un cerceau, atteindre le trou du cône retourné sur la table.

Rôle du lanceur :

Viser la cible.

Matériel :

Table
Grands cônes pour cibles
Cerceaux
Balles de tennis



Objectifs pédagogiques :

- Apprendre à viser la zone de strike.
- Technique du lancer par-dessous (lanceur).
- Repérer son niveau de performance pour la stabiliser et l'améliorer.

But / règles du jeu :

Lancer dans une cible fixe :

- Atteindre le cerceau placé au niveau de la zone de strike du frappeur.
- S'éloigner progressivement, après chaque lancer réussi pour atteindre la distance de match (6 mètres)

Rôle du lanceur :

- Viser la cible.
- Obtenir un lancer tendu.
- Gagner en précision en lançant de plus en plus loin.

Fiches ateliers Soft Ball - Cycle 3

Atelier 6 : Le relais

Matériel :

2 coupelles (pour les files)
2 grands cônes
1 balle molle
ou balle de tennis

Objectifs pédagogiques :

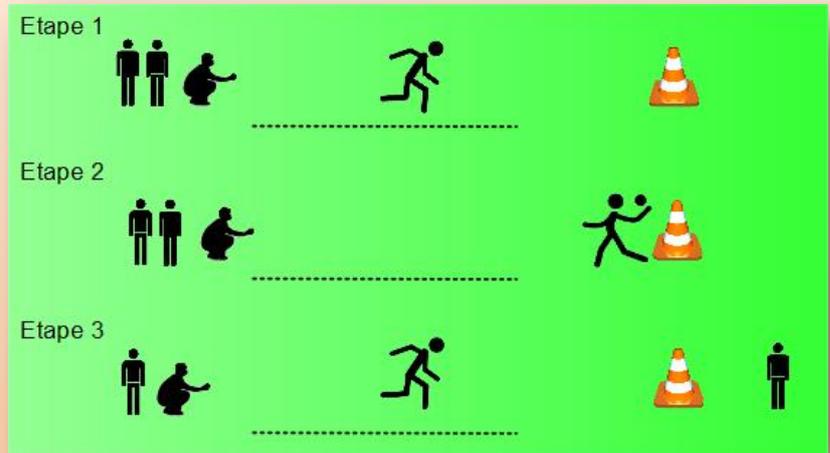
- Courir vite.
- Lancer loin.
- Viser.

But / règles du jeu :

- 2 équipes de 7 à 9 joueurs.
- Course de relais sur 10 à 15 mètres.
- Courir vite pour atteindre le cône et relayer la balle à son coéquipier afin qu'il coure à son tour.

Variante : en relais tendu direct ou avec rebond.

La première équipe dont tous les joueurs ont atteint le cône a gagné.

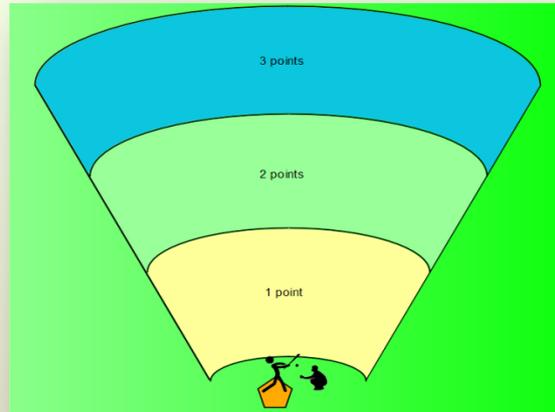


Fiches ateliers Soft Ball - Cycle 3

Atelier 7 : Frapper fort

Matériel :

- 1 batte
- 1 lot de coupelles
- 1 balle molle ou balle de tennis



Objectifs pédagogiques :

- Frapper le plus loin possible.
- Apprendre à frapper la balle en mouvement.
- Repérer son niveau de performance pour la stabiliser et l'améliorer.

But / règles du jeu :

- 2 équipes de 8-10 joueurs.
- Frapper le plus loin possible une balle offerte par l'adulte (toes).
- Atteindre les zones les plus éloignées pour marquer le plus de points possible (cumule de points par équipe).

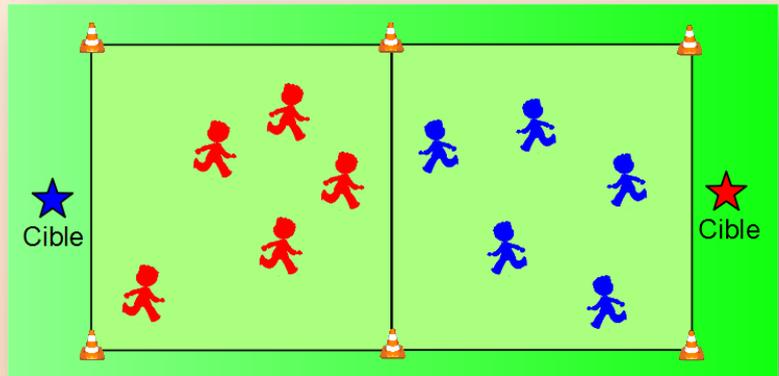
Trois essais manqués (strikes) : élimination du frappeur.

Fiches ateliers Soft Ball - Cycle 3

Atelier 8 : Ultimate

Matériel :

Cônes et coupelles pour le terrain
2 grosses cibles (gros cônes) placées sur des tables
1 balle molle ou balle de tennis



Objectifs pédagogiques :

- Assumer des rôles différenciés (attaquant/ défenseur).
- Coopérer avec ses partenaires pour affronter collectivement des adversaires.
- Lancer avec précision.
- Courir vite et savoir.
- Se démarquer.

But / règles du jeu :

- 2 équipes de 4 à 7 joueurs.
- Réussir à attraper au vol dans la zone adverse la balle lancée par un partenaire, puis viser la cible afin de marquer un point.
- Dès qu'un joueur attrape la balle, il doit s'immobiliser et effectuer un relais rapide.
- Un seul joueur peut se mettre en opposition au porteur de balle à une distance qui ne lui permet pas de le toucher.
- L'équipe qui défend prend possession du disque :
 - lorsque le relais d'un joueur de l'attaque est intercepté,
 - lorsque la balle touche le sol,
 - lorsque la balle sort du terrain.

Rôle des attaquants :

Se faire des relais rapides et précis afin de progresser vers la zone adverse.
Atteindre la cible par un lancer tendu précis sans sortir du terrain.
Se démarquer pour réceptionner la balle relayée.

Rôle des défenseurs :

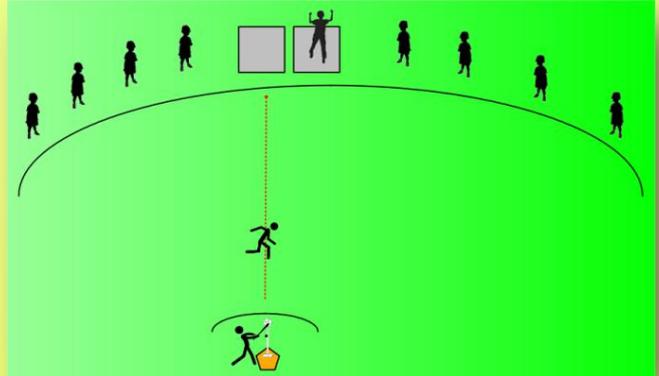
Se déplacer de façon stratégique afin d'intercepter la balle et de gêner l'attaquant lors des relances.

Fiches ateliers Soft Ball - Cycle 3

Atelier 9 : La routine

Matériel :

- 1 tee
- 1 balle molle
- 2 bases
- Quelques coupelles pour délimiter la ligne des défenseurs



Objectifs pédagogiques :

- Assumer des rôles différenciés (défenseur/ attaquant).
- Elaborer des stratégies collectives pour faire circuler la balle et relayer.
- Frapper au sol.
- Courir vite.
- Bloquer la balle.

But / règles du jeu :

- 2 équipes de 5 à 9 joueurs.
- L'équipe des batteurs frappe au sol (frappe en l'air = éliminé), le but pour chaque batteur est d'arriver sur la base avant la balle.
- Lorsque les défenseurs ont éliminé 3 batteurs, on change de rôle.
- Les défenseurs passent à l'attaque et inversement.

Rôle des attaquants :

L'attaquant frappe la balle au sol et court le plus vite possible vers la base, après avoir posé sa batte (ne pas la jeter).
Il doit arriver sur base avant que le receveur ait récupéré la balle relancée.

Rôle des défenseurs :

Les défenseurs doivent bloquer la balle et la relayer le plus vite possible au receveur, placé sur base.
La balle doit arriver au receveur avant l'attaquant sur la base.