

IV. DES SITUATIONS D'APPRENTISSAGE

JEUX DE MANIPULATION

Ces manipulations permettent à l'élève de mieux appréhender l'espace proche et de se familiariser avec le maniement de la pelote comme objet.

- 1 Sur place : laisser tomber la balle, la rattraper avant rebond
- 2 Rattraper à une main paume vers le haut
- 3 Rattraper paume vers le bas

- 4 Lancer verticalement, d'une main, rattraper à 2 mains
- 5 Lancer main droite, rattraper même main
- 6 Changer de mains
- 7 Lancer main droite rattraper main gauche
- 8 Lancer, frapper les cuisses ou les mains (1, 2 ou 3 fois), rattraper.
- 9 Reprendre ces exercices en marchant ou en courant

DRIBBLES

- 1 Faire rebondir la balle et la saisir la paume vers le bas (changer de main)
- 2 Faire rebondir la balle x fois et la bloquer (2 mains)
- 3 Faire varier la hauteur des bonds
- 4 Alternance des 2 mains
- 5 En marchant (changements de direction)
- 6 En regardant loin devant soi

- 7 En suivant un parcours (obstacles)
- 8 Mêmes exercices en courant

Attention : pour les situations ci-avant (dribbles et jeux de manipulation), la position jambe gauche en avant facilite les lancers de la main droite, et inversement. Par ailleurs, certains de ces exercices peuvent être pratiqués avec un partenaire (jeux en coopération avec notion de nombre de réussites ou de records).

JEUX DE CIBLE AU MUR

Matériel :

Marques au sol (distances variables suivant âge et niveau de pratique).

Cibles au mur formes géométriques (tailles variables)

Consigne et critères :

Lance la balle pour qu'elle atteigne la cible.

Stade 1: balle tenue entre les doigts

Stade 2 : lâcher la balle puis frapper

Stade 3 : frappes successives

Stade 4 frappes successives alternées main droite/main gauche

Il convient de réussir au moins 7 lancers dans la cible sur 10.

Evolutions possibles :

Eloigner les marques au sol
Réduire la taille des cibles

Utiliser la main non prévalente
Varier les trajectoires

Frapper la pelote au lieu de la lancer

Difficulté supplémentaire :

Toutes les réussites ne seront validées que si la pelote est rattrapée après le lancer soit par le lanceur lui-même ou bien par un partenaire.



On commence par lancer la balle ; on la frappera ensuite.

ATTEINDRE UNE ZONE AU SOL

Les différentes opérations de cet atelier « j'engage » ou « je bute » permettent à l'élève de repérer diverses possibilités afin de déplacer la pelote dans l'aire de jeu.

Aménagement matériel :

Du ruban collé au mur à environ 1 m 50 de hauteur (pour inciter l'élève à atteindre le mur le plus haut possible)

Des lignes dessinées au sol : n°1 à environ 2 m, n°2 à environ 3,50 m, n°3 à environ 5 m, etc.

Une balle ou une pelote par élève.

Consigne et critères :

Bute (engage) fort au dessus de la ligne au mur pour dépasser une ligne au sol. Regarde ou retombe la pelote mors de

son premier bond et note le résultat. (Si la pelote dépasse la ligne 1, tu marques 1 point...)

Choisis l'endroit qui te paraîtra le meilleur pour effectuer tes lancers

10 tentatives

Modalités différentes suivant les capacités des élèves :

Groupe 1 : lancer

Groupe 2 : frapper

Groupe 3 : frapper après élan.

Organisation :

2 joueurs et 2 observateurs qui notent les performances sur une fiche de marque à créer.

COOPÉRER POUR VALORISER LE MAINTIEN DE L'ÉCHANGE

Objectifs :

Choisir un geste ou un type de renvoi et apprécier les trajectoires.

But du jeu :

À l'inverse de la logique interne de l'activité « pelote », il s'agit ici de faire durer l'échange et donc de permettre au partenaire de rattraper la pelote pour la renvoyer au mur.

Matériel :

1 pelote pour 2 joueurs sur une aire de jeu (limitée au sol et au mur).

Consigne et critères de réussite :

Jouer avec son partenaire de façon à échanger X pelotes (nombre limité d'échanges ou record).

ATELIER DE RECORD DE DURÉE DE L'ÉCHANGE

Chacun renvoie la pelote pour son partenaire.

On compte le nombre de pelotes atteignant le mur au dessus de la ligne.
10 séries.

Groupe 1 : lancer

Groupe 2 : lancer ou frappe après contrôle

Groupe 3 : frappe après contrôle ou frappe directe

Evolutions possibles :

Augmenter le nombre d'échanges.

Augmenter / diminuer la distance entre le mur et les joueurs ;
Diminuer / augmenter les dimensions de l'aire de jeu.

Changer de main.

Varier les types de renvois (lancer, contrôler / frapper, frapper directement).

Valoriser / éviter une zone au sol / au mur (cible au sol / au mur).

V. LA PARTIE DE DÉFI, OU COMMENT INVENTER SON PROPRE JEU

La notion de défi permet à chacun de se situer dans son niveau de pratique tout en conservant le plaisir du jeu et de la confrontation. En bref, tout le monde est capable de jouer à la pelote, pour peu que l'on ait défini à l'avance les limites du jeu dans sa forme et / ou ses dimensions. Tous les grands champions, même les plus mythiques avaient et ont encore aujourd'hui l'habitude de définir très précisément les règles leur permettant d'affronter leur(s) adversaire(s) lors d'une partie de défi. Il n'en est pas de même pour une partie de championnat organisée par les Ligues

ou la Fédération française de pelote basque, dont les critères sont les mêmes pour tous.

Les parties de défi sont l'occasion de palabres et négociations entre les protagonistes.

Tout peut être discuté et défini à l'avance :

- le nombre de points à atteindre ;
- la taille du terrain ou la hauteur de la ligne au mur ;
- les conditions de lancer ou de frappe de chacun des acteurs ;
- le matériel utilisé ;
- le nombre de joueurs dans une équipe par rapport à l'autre, etc.



Chiche?