

SOMMAIRE

Un peu d'histoire

- ⇒ Les origines
- ⇒ Son essor
- ⇒ Et la France dans tout cela

Séance 1

- ⇒ Echauffement : Attaque des moustiques
- ⇒ Activité majeure : coureurs contre chasseurs
- ⇒ Jeu : cricket TGV

Séance 2

- ⇒ Echauffement : Trouver de l'espace et faire des captures
- ⇒ Activité majeure : chasse relais
- ⇒ Jeu : cricket continu

Séance 3

- ⇒ Echauffement : Milo cricket
- ⇒ Activité majeure : frappe sur le pied avant
- ⇒ Jeu : cricket TGV

Séance 4

- ⇒ Echauffement : Batte relais
- ⇒ Activité majeure : frappe sur le pied avant
- ⇒ Jeu : Lord's game

Séance 5

- ⇒ Echauffement : Navette
- ⇒ Activité majeure : le lancer (statique)
- ⇒ Jeu : élimination en course

Séance 6

- ⇒ Echauffement : Batte relais
- ⇒ Activité majeure : le lancer (avec élan)
- ⇒ Jeu : cricket relais

Séance 7

- ⇒ Echauffement : Milo cricket
- ⇒ Activité majeure : attraper la balle
- ⇒ Jeu : cricket continu

Séance 8

- ⇒ Echauffement : Suivre les consignes
- ⇒ Activité majeure : chasse triptyque
- ⇒ Jeu : mini cricket

Séance 9

- ⇒ Echauffement : Courir avec une batte
- ⇒ Activité majeure : coup sur le pied arrière
- ⇒ Jeu : mini cricket

Séance 10

- ⇒ Echauffement : Milo cricket
- ⇒ Activité majeure : gardien de guichets
- ⇒ Jeu : kwik cricket

Annexe

- ⇒ Fiche d'exercice vierge
- ⇒ Fiche d'évaluation
- ⇒ Contacts
- ⇒ Bibliothèque
- ⇒ Règles du « Kwik Cricket »

UN PEU D'HISTOIRE

Les origines

L'origine du cricket reste un peu confuse où différents jeux de balles (thèque, jeu du tabouret renversé, rounders, stool ball, club ball, ...) joués en Angleterre et en France sont cités comme pouvant être l'ancêtre du cricket. Cependant des traces écrites et illustrées font références au cricket dès le 14^e siècle avec une première référence de cricket en 1300 entre le Prince Edward et son ami Piers Gaveston.

Sous le règne des Tudor on retrouve une allusion à un jeu nommé « creckett » joué entre des enfants à Guilford aux alentours de 1550. Le premier match de cricket référencé date de 1646 à Coxweath dans le comté de Kent. Le village de Hambledon dans le Hampshire est l'un des pionnés pour le développement du cricket. Trois comtés (Kent, Hampshire et Surrey) sont considérés comme le berceau du cricket et le premier match inter-comté eut lieu le 29 juin 1709 à Dartford opposant Kent à Surrey.

Il faut cependant attendre le 18^e siècle, plus précisément dès 1723, pour voir ce sport se propager dans les comtés limitrophes de Londres et toucher toutes les classes sociales sous le patronage de la famille royale. 1744, date de la première codification des règles qui sont appelées « lois du cricket » et qui sont rédigées sur un mouchoir de lin par Joseph Ware à l'auberge Star & Garter. La raison de l'avoir rédigé sur mouchoir était la facilité de rangement pour les arbitres qui le glissaient dans leur poche. Ces lois réglementaient la taille de la batte et des guichets pour les rencontres opposants les Nobles aux Gentlemen sur le terrain de l'Artillerie à Islington au nord de Londres. Ils créeront un peu plus tard le MCC (Marylebone Cricket Club) qui codifiera les lois en 1774.

Son essor

Le cricket connaît son envol à partir du 19^e siècle où plusieurs comtés britanniques se structurent pour jouer des matchs de cricket. Le premier match international opposait le Canada aux USA à New York en 1840 devant 10000 spectateurs. Ce match est le plus vieil événement sportif international de notre ère. Le cricket s'étend aux colonies de l'Empire britannique ainsi que dans les pays où la main d'œuvre britannique est utilisée, en particulier pour la construction des chemins de fer en Europe occidentale. Le 15 juin 1909, la première structure internationale (Conférence Impériale de Cricket) se met en place avec les trois pays qui s'affrontaient lors de tests matchs

depuis 1877 (Australie, Angleterre et Afrique du Sud). Il faut attendre 1926 pour voir trois autres colonies (West Indies : Antilles britanniques, Nouvelle Zélande et l'Inde) entrer comme membres actifs et en 1965 le nom fut reformulé en Conférence Internationale de Cricket avec l'intégration de pays n'appartenant pas au Commonwealth, enregistrés comme membres associés. La première coupe du Monde date de 1975 pour le format de match limité car auparavant les matchs n'étaient pas limités dans le temps.

Et la France dans tout cela ?

En France, le premier écrit retraçant un match de cricket date de 1478, qui avait lieu à Liettes, près de Boulogne; le document est conservé dans les archives nationales. Mais c'est au 19^e siècle que des traces écrites ou des peintures montrent des matchs de cricket en région parisienne, sur la côte d'azur et dans le Pas de Calais. Le club doyen est le Standard Athlétique Club fondé dès 1892, club omnisports qui pour anecdote est le premier club champion de France de football. En 1900, pour la seule et unique fois où le cricket fut sport olympique la France remporta la médaille d'argent. Durant le premier quart du vingtième siècle, des rencontres internationales opposaient la France à la Belgique et à la Hollande. Le cricket connut une période de déclin qui commença avec le retrait de la France de l'OTAN militaire en 1966 puis il fallut attendre le début des années quatre vingt et l'arrivée massive de personnes des pays du Commonwealth pour que le cricket resurgisse. Le cricket intégra, en 1989, la Fédération de Baseball et Softball. Pour son retour sur la scène internationale, la France gagna une sélection du MCC (qui peut être comparée aux Harlems globe trotters). La France remporta trois des quatre Championnats d'Europe amateur (1993, 1996 et 1997) où elle participa avant qu'en 1998 elle accède au rang de membre associé de la Fédération Internationale, qui donne droit de participer aux compétitions internationales comme le Trophée ICC (coupe du monde Bis). Le premier titre européen chez nos jeunes, vit en 2001 la victoire de nos cadets, le 14 juillet, cela ne s'invente pas. En 2003 Arun Ayyavooraju, jeune joueur français de 17 ans fut sélectionné pour suivre le dernier trimestre dans le lycée de Malvern, hautement classé dans l'éducation britannique. Cela permet de développer le niveau de jeu de nos meilleurs éléments.

COMPRENDRE LE CRICKET

LE TERRAIN

Un terrain de cricket se compose de l'aire de lancer : la piste (rectangle au centre du terrain) et d'un champ de jeu.

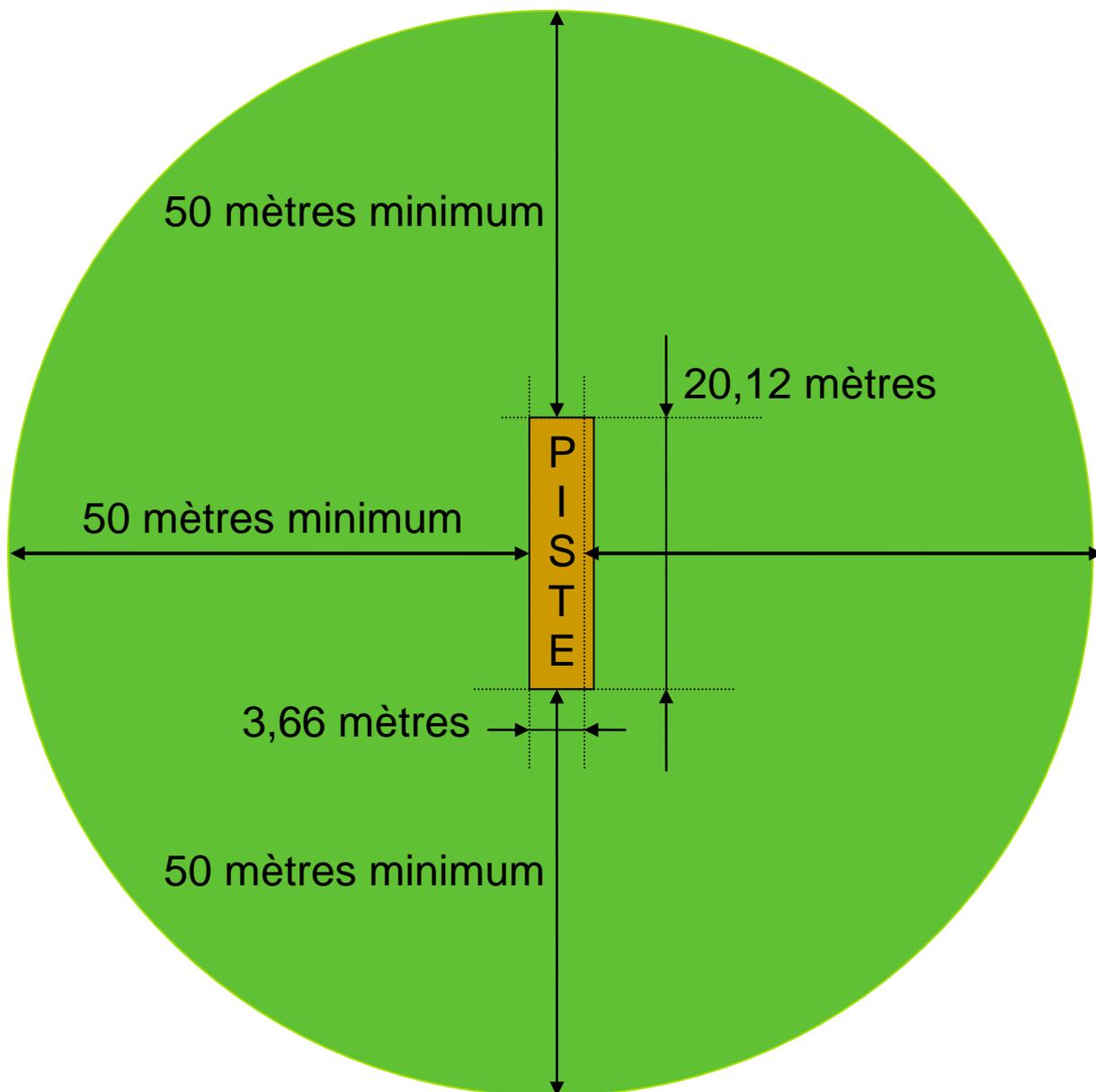
Pour la compétition :

Le champ est en herbe et de forme ovale et a pour dimension minimum une longueur de 120 mètres et une largeur de 102,64 mètres. La piste (soit en gazon soit en synthétique) se trouve au milieu du champ avec pour dimension 20 mètres de long et 2,64 mètres de large. La piste est l'endroit où les batteurs et les lanceurs s'affrontent. Le guichet est composé de trois piquets de bois hauts de 71 cm où sont posés deux taquets en bois de 11 cm chacun.

Les distances sont réduites pour les jeunes.

Pour l'initiation :

Le cricket en initiation peut être joué sur différentes surfaces telles qu'en gymnase, terrain de tennis, terrain de basket, terrain de foot, etc. La distance de la piste varie suivant l'âge mais surtout suivant le niveau car l'objectif est que les joueurs puissent réussir à jouer.



LES PRINCIPES DE JEU



Le cricket oppose deux équipes qui ont chacune une manche d'un nombre définis séries (6 balles lancées par un lanceur) pour marquer les points.

L'équipe qui batte (les attaquants en jaune sur le schéma) envoie deux batteurs pour commencer la manche et dès qu'un batteur est éliminé un de ses partenaires le remplace.

L'équipe qui lance (les défenseurs en rouge sur le schéma) est au complet soit ses onze joueurs sur le terrain (schéma ci-contre). Les défenseurs doivent éliminer 10 joueurs pour finir la manche des attaquants sinon les batteurs vont au bout de leurs séries. L'équipe qui batte en deuxième doit marquer une course de plus que le total adverse dans le nombre de séries imparti. Le batteur marque un point dès qu'il change de zone avec son partenaire.

DEROULEMENT DU JEU

Les deux premiers batteurs de l'équipe attaquante se placent chacun à une extrémité de la piste à côté des guichets. Le lanceur lance la balle avec un rebond vers le premier batteur et essaie de l'éliminer.

➤ **Les attaquants**

Le frappeur

Il doit juger si la balle est une balle à frapper ou à défendre. Dès qu'il frappe il essaie de courir et s'il le fait il doit, ainsi que son partenaire, arriver dans l'autre zone pour marquer une course. S'il envoie la balle hors des limites de jeu directement il marque 6 courses et n'est pas obligé de courir et si la balle sort en roulant il marque 4 courses.

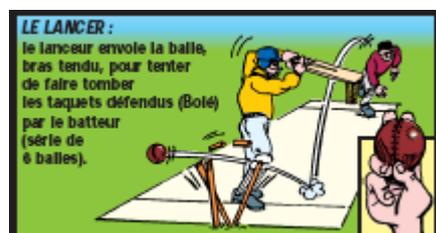
Le non frappeur

il fait parti du jeu car il doit courir avec le frappeur pour faire marquer des points à son équipe, et il sera frappeur à chaque course impaire marquée donc il peut à tout moment devenir le frappeur.



➤ **Les défenseurs**

Comment éliminer un frappeur ?



1. Le lanceur qui lance une série de 6 balles essaie de briser les guichets s'il y arrive, il élimine le batteur. Pour ce faire au moins un des taquets doit tomber (schéma 1).
2. Un défenseur attrape la balle, frappée par le batteur, de volée (avant qu'elle ne touche le sol) mais que dans la limite du terrain (schéma 3).
3. Si le batteur, pour frapper la balle, sort de sa zone et que le gardien renverse les taquets il est alors éliminé

« piqué »(schéma 2).

4. Le batteur après avoir frappé la balle court mais est en retard et la balle relancée par un défenseur renverse les guichets avant que le batteur ne soit revenu dans sa zone : « hors jeu » (schéma 5).
5. S'il essaie de frapper la balle et que lors de cette tentative sa batte ou une partie de son corps renverse les guichets il est éliminé « hit wicket ou autodestruction» (schéma 6)

Comment éliminer un non frappeur ?

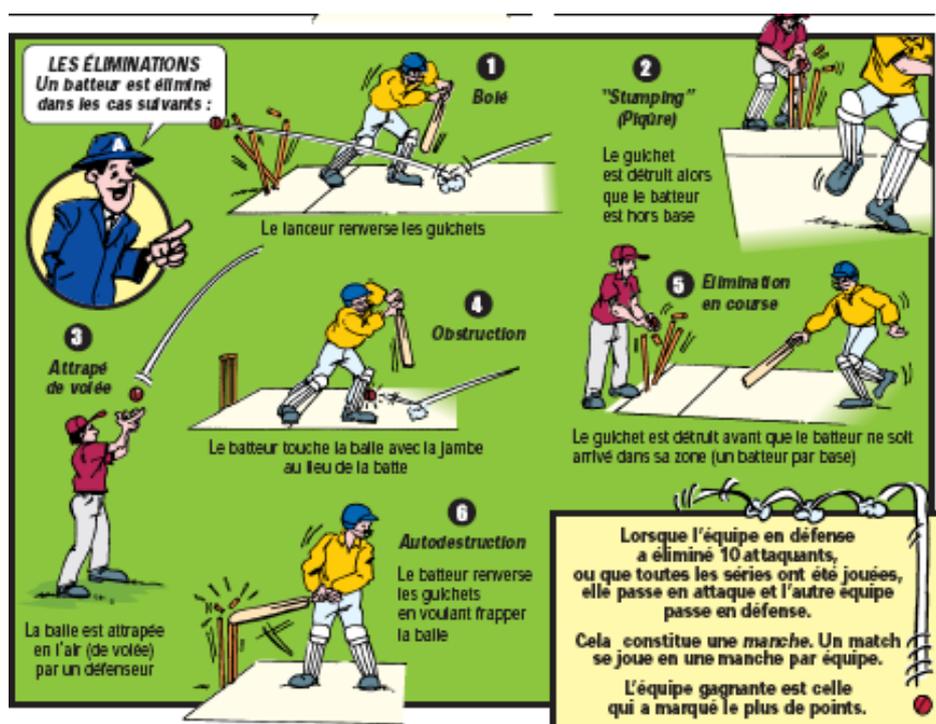
Le non frappeur fait partie du jeu en étant suivant la situation le frappeur ou le non frappeur quant il est non frappeur il peut être éliminé Hors Jeu (schéma 5).

CONTINUITÉ DE JEU

Le match commence dès que l'arbitre annonce « jouez » après chaque balle le jeu reprend dès que le lanceur entame sa course d'élan et lorsque les défenseurs estiment qu'il n'y a plus de possibilité de jeu pour les attaquants ils renvoient la balle au lanceur mais le jeu n'est pas arrêté il est possible aux batteurs de courir. Le jeu s'arrête quand le gardien reçoit la balle après une action de jeu et que les attaquants ne peuvent plus courir. Lorsqu'une balle est annoncée « balle morte » ni les attaquants et ni les défenseurs ne peuvent tenter une action.

REGLES COMPLEMENTAIRES

- le batteur peut être éliminé sur d'autres actions, bien que plus rares que celles précédemment citées.
 - Le batteur voulant frapper la balle la manque et avec sa jambe il empêche la balle de finir sa course dans les guichets il sera éliminé JDG (jambe devant le guichet) (schéma 4).
 - L'autre façon est que pour éviter à une balle mal jouée de toucher les guichets le frappeur la renvoie avec sa main, il sera alors éliminé « main ».
 - un dernier cas est une élimination pour retard car le prochain batteur a 3 minutes pour arriver sur l'aire de jeu après l'élimination d'un partenaire.
- Si lors d'une action de jeu un défenseur gêne délibérément une des deux batteurs, soit lors de la frappe soit lors d'une course, le batteur ne sera pas éliminé et le défenseur donnera 5 points aux attaquants.
- Un lanceur doit lancer bras tendu et si lors d'un service il pli le bras le frappeur ne peut être éliminé que « hors jeu » s'il essaie de compléter une course.



SEANCE 1

BUT DE LA SEANCE : Découverte des bases du cricket par le biais de jeux ludiques

ECHAUFFEMENT : (10 mn)

Attaque des moustiques

DEROULEMENT :

- Placer les joueurs dans une zone délimitée (« carré magique » de 20m de côté)
- faire voler les soucoupes
- obligation de rester dans le « carré magique »
- les joueurs touchés doivent s'asseoir avec la soucoupe sur la tête.
- ramener les soucoupes au serveur.

POINTS IMPORTANTS :

- Donner un nom aux équipes (Nom court et amusant)
- Vérifier que la surface ne comporte pas de danger
- Prendre des soucoupes flexibles pour éviter de blesser les enfants
- Rendre le jeu attractif en les motivant (le dire d'éviter les moustiques)
- Le jeu doit être mené dynamiquement
- Introduire une 2^e phase avec possibilité d'être délivré si un autre joueur tape dans la main.

ACTIVITE MAJEURE : (20 mn)

Coureurs contre Chasseurs

DEROULEMENT :

- Les équipes ne doivent pas excéder 10 joueurs
- Une équipe qui batte l'autre qui chasse
- les chasseurs sont en cercle (bras en croix pour avoir la bonne distance entre les joueurs) et pour effectuer des captures
- chaque batteur effectue un aller-retour et le dernier à passer crie stop pour indiquer la fin de leur manche.
- On compte le nombre de captures effectuées jusqu'au cri stop.
- On change de rôle
- L'équipe avec le plus de captures est la gagnante.

POINTS IMPORTANTS :

Chasseurs :

- regarder la balle jusque dans les mains
- les mains forment une coupe
- lancer la balle au niveau du nombril

Batteurs :

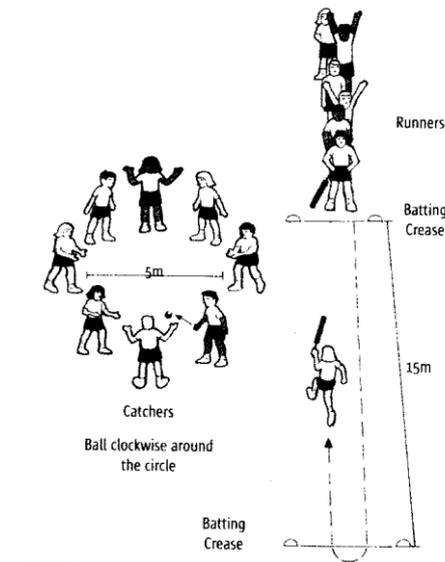
- batteur sprinte et touche l'autre zone
- utiliser la batte comme extension du bras pour gagner de la distance
- courir en ligne droite

Sécurité :

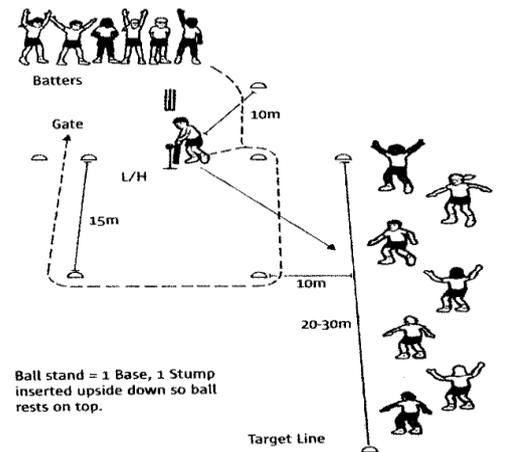
- garder au moins 5 mètres entre les deux ateliers.
- Vérifier l'état du sol (risque de glissade).

SCHEMAS DE TRAVAIL:

Coueurs contre Chasseurs



Cricket TGV



JEU : (20 mn) Cricket TGV :

MISE EN PLACE :

- 2 équipes (une qui chasse l'autre qui frappe)
- l'équipe qui batte envoie un premier frappeur qui doit envoyer la balle dans la zone définie quand la balle est bien frappée il doit courir autour des plots et il doit être suivi de ses partenaires.
- Les chasseurs doivent arrêter la balle et se faire passer la balle au dessus de la tête (en file indienne) jusqu'au nombre que le serveur (l'éducateur) a annoncé et relancer la balle vers le serveur .
- les points dépendront du nombre de batteurs qui ont franchi la ligne lorsque le serveur reçoit la balle.
- Quand tous les batteurs sont passés les équipes échangent leur place
- Si la balle frappée est attrapée de volée les batteurs marquent 0 points.
- l'équipe avec le plus de points est la gagnante

POINTS IMPORTANTS :

- ne pas laisser les joueurs récupérer la balle avant qu'elle soit à l'intérieur de la zone.
- Le frappeur doit toujours mener la course sinon les points s'annulent
- Lancer la balle par dessous pour que le frappeur puisse la frapper sinon la poser sur un support (gobelet carton, tee, guichets,...)

SECURITE :

- Distance entre chaque plot : 15m
- Partenaire du frappeur sont à 6m derrière lui
- Personne ne vient à moins de 10m du frappeur sauf le serveur qui est à 10m devant le frappeur.

SEANCE 2

BUT DE LA SEANCE : introduire la course en aller-retour et le placement par rapport à la balle

ECHAUFFEMENT (10mn) :

1. Trouver de l'espace et faire des catches

- Par paire, courir dans l'espace délimité.
- Quand l'éducateur siffle les paires doivent faire le plus de catches possible.
- Quand le sifflet retentit de nouveau on recourt.
- Répéter l'exercice quatre fois avec pour but de battre son score à chaque fois.

ACTIVITE MAJEURE (20 mns):

Chasse relais

DEROULEMENT :

- Faire des groupes de 10 maximum
- Premier de chaque groupe prend la balle en main et court.
- Déposer la balle dans le cerceau
- Contourner le plot
- Ramasser la balle et courir vers le partenaire
- Donner la balle au suivant et ainsi de suite
- Dernier coureur de l'équipe crie « stop » dès qu'il a rejoint ses partenaires
- Premier groupe qui finit, gagne.

POINTS IMPORTANTS :

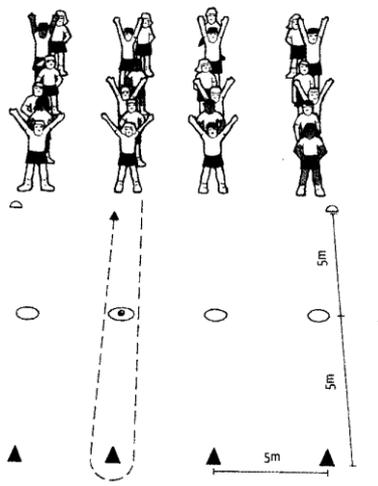
- bonne position : tête au dessus de la balle
- les yeux parallèles au sol.
- prendre une position basse avant de déposer la balle.
- garder les yeux sur la cible (balle ou cerceau)
- coordination main-œil
- positionnement vis à vis du cerceau

SECURITE :

- S'assurer que le joueur ayant fini ne soit pas assis dernier celui va recevoir la balle
- Suivre les distances de sécurité

SCHEMA DE TRAVAIL:

Chasse Relais



JEU (20 mns) : Cricket Continu :

DEROULEMENT :

- 2 équipes (une qui batte et l'autre qui chasse)
- les batteurs envoie un joueur qui reste à la frappe jusqu'à ce qu'il soit éliminé.
- Le frappeur doit courir dès qu'il frappe la balle ou qu'elle touche son corps
- Pour marquer un point il doit courir, contourner le plot et revenir à la frappe
- Le serveur (éducateur) lance la balle dès qu'il la reçoit d'un des chasseurs
-

POINTS IMPORTANTS :

Batteurs :

- ne pas laisser les joueurs récupérer les balles à l'intérieur de la zone.
- Les joueurs ne lancent qu'au signal de l'éducateur et de derrière la ligne
- Insister sur le fait d'utiliser le bras opposé à la balle comme viseur.

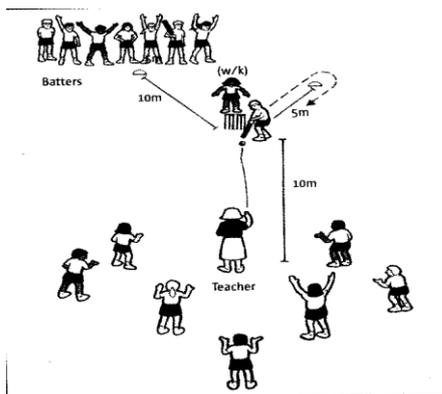
Chasseurs :

Les chasseurs doivent relancer la balle au serveur le plus vite possible

Sécurité :

- La zone de sécurité entre le batteur et les chasseurs doit être de 8 mètres minimum

Cricket continu



SEANCE 3

BUT DE LA SEANCE : Positionnement dans l'espace et concentration

ECHAUFFEMENT (10mn) :

Milo cricket

- Étape 1 : lancer la balle au dessus de soi, claquer 3 fois des mains et rattraper la balle
- Étape 2 : lancer la balle au dessus de soi, fléchir ses genoux pour toucher le sol avec la main droite, se relever pour rattraper la balle.
- Étape 3 : lancer la balle au dessus de soi, tourner sur soi-même (360°) puis rattraper la balle.
- Étape 4 : faire une combinaison des trois premières étapes.

POINTS IMPORTANTS :

- 1 balle par personne,
- se répartir sur toute la surface disponible.
- Pour chaque étape faire 6 essais
- garder toujours les yeux fixés sur la balle.

ACTIVITE MAJEURE (20 mns):

La frappe sur le pied avant

DEROULEMENT

Faire deux groupes de 10 joueurs maximum (un groupe qui bat et l'autre qui chasse). Chaque batteur aura droit à trois coups, dès qu'il frappe il doit courir jusqu'à la ligne B et revenir à la ligne A. Les chasseurs doivent arrêter la balle pour empêcher le batteur de marquer des points. L'équipe qui chasse désigne un joueur pour être le gardien. Quand tous les batteurs sont passés, les équipes intervertissent leur rôle. Le batteur marque 1 point s'il fait un aller-retour, 1 point si la balle rentre dans la zone des chasseurs et 4 points si la balle touche le mur. Et zéro point s'il est éliminé.

Pour éliminer un batteur il faut attraper la balle de volée ou que le gardien la reçoive avant que le batteur ne soit revenu sur la ligne A.

L'équipe avec le plus gros total gagne.

POINTS IMPORTANTS

Batteurs :

- Placer la balle sur un gobelet carton bonne position pour effectuer le coup: fente avant.
- les yeux parallèles au sol.
- utiliser la main avant pour guider le coup.
- accélération de la batte au moment de la frappe.
- garder un équilibre avant, tête devant le genou.
- jambe avant légèrement fléchie.
- batte levée et parallèle avec les épaules.
- Démonstration du coup sans balle
- Démonstration avec balle

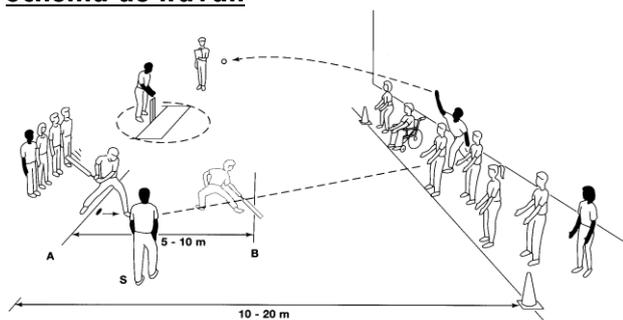
Chasseurs :

- regarder le frappeur pour connaître la direction de la balle
- renvoyer la balle au gardien (joueur dans le petit cercle).

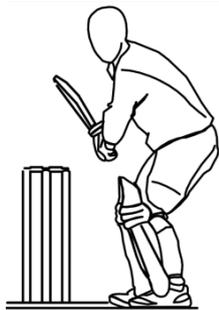
Sécurité

- placer des plots pour définir une distance de sécurité par rapport au batteur (cf. schéma).

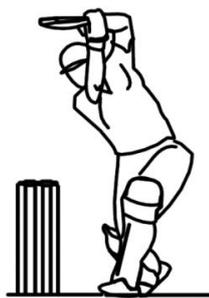
Schéma de travail



levé de batte avant la frappe



frappe sur le pied avant



JEU : Cricket TGV

DEROULEMENT :

- 2 équipes (une qui batte et l'autre qui chasse)
- les batteurs envoient un joueur à la frappe
- Le frappeur doit courir dès qu'il frappe la balle ou qu'elle touche son corps
- Pour marquer des points il doit courir suivi de tous ses partenaires, contourner les plots et revenir à la ligne d'arrivée, le nombre de points dépendra du nombre de batteur ayant franchi la ligne avant le signal stop.
- Le serveur (éducateur) est la personne qui régule le jeu, dès que la balle rentre dans la zone il annonce un nombre (1 à 15) suivant la dextérité des batteurs et des chasseurs et pour rendre le jeu équitable.
- Les chasseurs doivent attraper la balle de volée ou la relancer au serveur pour essayer d'éliminer le batteur

POINTS IMPORTANTS :

Batteurs :

- Le batteur doit frapper et courir autour des plots pour arriver derrière avant que la balle n'arrive.
- Insister sur le fait d'attendre la balle avant de vouloir frapper, le timing aide plus que la force pour frapper une balle.

Chasseurs :

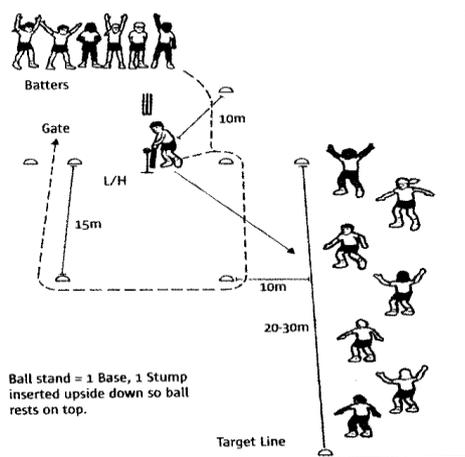
- Les chasseurs doivent relancer la balle au serveur le plus vite possible une fois qu'ils ont effectué le nombre de passes demandées. Pour cela ils doivent se mettre en file indienne et faire passer la balle au dessus de la tête
- (un joueur ne peut se remettre dans la file si tout le monde n'est pas passé)

Sécurité :

- ne pas laisser les joueurs récupérer les balles à l'intérieur de la zone de sécurité qui est de 8 mètres minimum.

le Cricket TGV

INITIATION CRICKET EN 10 SEANCES



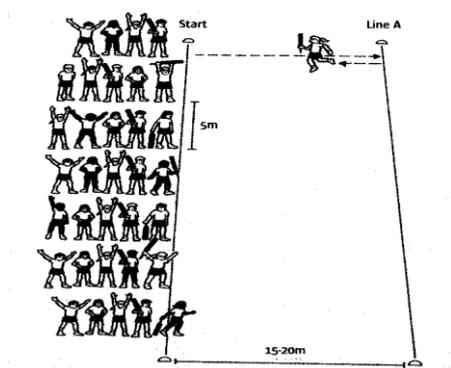
SEANCE 4

BUT DE LA SEANCE : jugement et ajustement par rapport à la balle et travail sur la coordination

ECHAUFFEMENT (10mn) :

Batte relais

- Diviser le groupe en quatre
- Première personne de chaque groupe prend une batte.
- Courir avec une batte et contourner le plot, revenir au départ et donner la batte au suivant. Le suivant fait le même parcours
- La première équipe qui finit est la gagnante



ACTIVITE MAJEURE (20 mns):

Frappe sur pied avant

DEROULEMENT :

- Faire quatre groupes de 6 maximum
- Un batteur, un receveur, un placeur et trois chasseurs.
- Placer la balle sur plot (tee ou gobelet carton)
- Chaque batteur joue trois balles
- Le placeur devient le frappeur, le receveur devient le placeur, le batteur devient un chasseur et un chasseur vient en receveur.
- Quand tout le monde a joué ses trois balles ont fait une pause pour demander ce qu'ils ont ressenti.

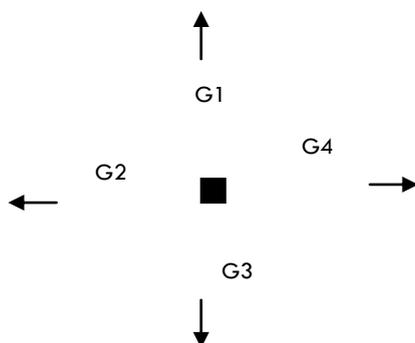
POINTS IMPORTANTS :

- Se mettre en bonne position : tête au dessus genoux (cf. batteur dans le schéma du lord's game).
- le coup se fait avec la batte verticale.
- La main gauche pour les droitiers dirige la frappe, il faut jouer droit.
- garder les yeux sur la balle
- le poids est sur la jambe avant
- bonne position : fente avant.
- les yeux parallèles au sol.
- utiliser la main avant pour guider le coup.
- accélération de la batte au moment de la frappe.
- garder un équilibre avant, tête devant le genou.
- jambe avant légèrement fléchie.
- batte levée et parallèle avec les épaules

SECURITE :

- La distance entre l'éducateur qui est le centre (cf. carré noir) et chaque groupe doit être de trois mètres minimum.
- Personne ne reste gauche du batteur droitier et droit pour gaucher.

SCHEMA DE TRAVAIL:

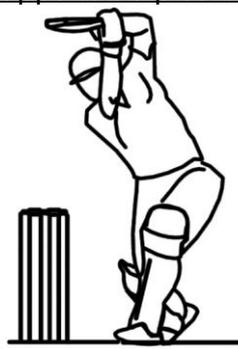
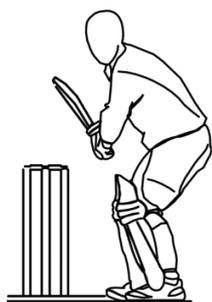


Gx : groupe x

■ : l'éducateur

levé de batte avant la frappe

frappe sur le pied avant



JEU (20 mn) : Lord's Game :

DEROULEMENT :

- Faire des groupes de 10 maximum
- Un groupe frappe et l'autre chasse
- Placer la balle sur plot (tee ou gobelet carton)
- Frappeur envoie la balle vers la zone des chasseurs
- Courir vers la ligne B et revenir à la ligne A avant que la balle soit renvoyée vers le gardien (joueur dans le petit cercle).
- Chaque batteur a trois tentatives
- Si la balle passe les chasseurs, 4 points sont marqués à ajouter au point de la course.
- Quand tous les batteurs sont passés les équipes échangent leur place.
- Si le batteur est attrapé de volée ou si il n'est pas revenu assez vite dans sa zone il ne marque pas de points
- L'équipe avec le gros total est la gagnante

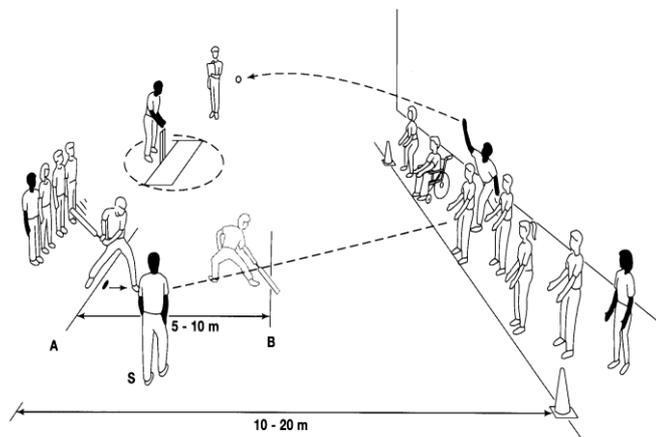
POINTS IMPORTANTS :

- bonne position : tête au dessus de la balle
- les yeux parallèles au sol.
- prendre une position basse avant de déposer la balle.
- garder les yeux sur la cible (balle ou cerceau)
- coordination main-œil
- positionnement vis à vis du cerceau

SECURITE :

- S'assurer que le joueur ayant fini ne soit pas assis dernier celui va recevoir la balle
- Suivre les distances de sécurité

Schéma



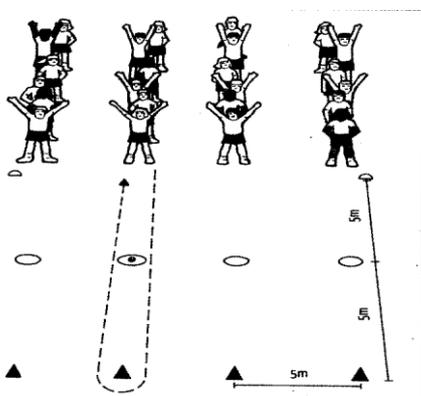
SEANCE 5

BUT DE LA SEANCE : jugement et ajustement par rapport à la balle.

ECHAUFFEMENT (10mn) :

Navette (3 balles)

- Diviser la classe en 4 groupes
- Premier de chaque groupe prend une balle en main et court.
- Déposer la balle dans le cerceau
- Contourner le plot
- Revenir chercher la deuxième puis la troisième balle
- Le suivant part dès que le premier est arrivé
- Dernier coureur l'équipe crie « stop » quand il a fini
- Premier groupe qui finit est le gagnant.



ACTIVITE MAJEURE (20 mns):

Le lancer

DEROULEMENT :

- Travail par paire
- Une balle pour deux
- Utiliser la largeur d'un gymnase
- Celui qui a la balle la lance à son partenaire en se tenant de profil et visant son partenaire en regardant sur l'extérieur de l'épaule. (cf. dessin ci contre).
- Chacun lance 10 balles
- La balle doit faire un rebond
- Le bras qui tient la balle doit rester tendu tout au long de l'action

POINTS IMPORTANTS :

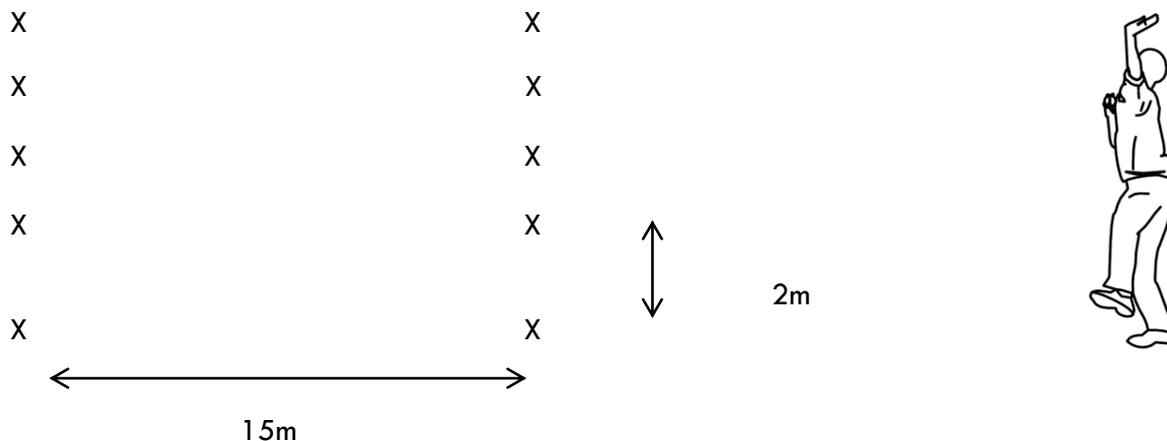
- Pied arrière perpendiculaire au partenaire
- les yeux fixent le partenaire.
- Jambe avant se lève
- Bras avant se lève haut
- Epaules et hanches alignées
- Bras lanceur reste tendu et près du corps

SECURITE :

- S'assurer que les joueurs ne traversent au milieu des autres, on ne récupère les balles que quand tout le monde a fini
- Respecter les distances de sécurité

SCHEMA DE TRAVAIL:

Le lancer



JEU (20 mns) : Elimination en course:

DEROULEMENT :

- 2 équipes (une qui court et l'autre qui chasse)
- les coureurs doit faire un aller-retour (courir jusqu' au plot et revenir)
- les chasseurs rattraper la balle et la relancer dans les mains du gardien pour éliminer le coureur
- Le coureur marque 1 point s'il revient avant que la balle soit dans les mains du gardien Pour marquer un point il doit courir, contourner le plot et revenir à la frappe
- Le serveur (éducateur) lance la balle dès qu'il la reçoit d'un des chasseurs

POINTS IMPORTANTS :

Batteurs :

- ne pas laisser les joueurs récupérer les balles à l'intérieur de la zone.
- Les joueurs ne lancent qu'au signal de l'éducateur et de derrière la ligne
- Insister sur le fait d'utiliser le bras opposé à la balle comme viseur.

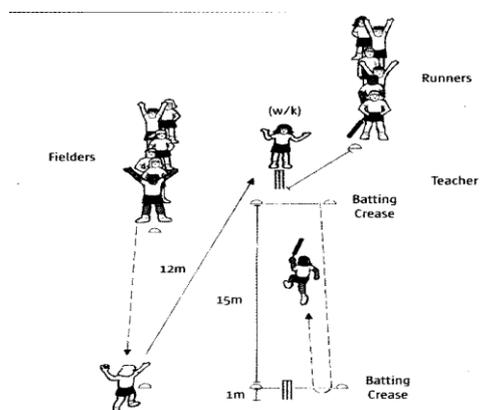
Chasseurs :

- Les chasseurs doivent relancer la balle au serveur le plus vite possible

SECURITE :

- La zone de sécurité entre le batteur et les chasseurs doit être de 8 mètres minimum

Elimination en course



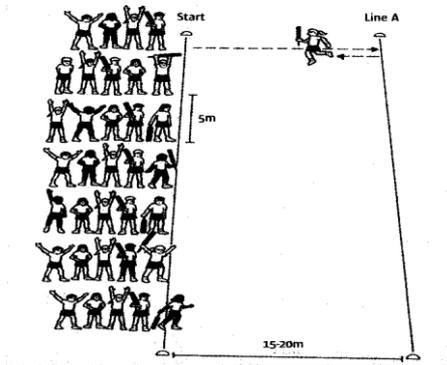
SEANCE 6

BUT DE LA SEANCE : coordination et travail sur la réflexion

ECHAUFFEMENT (10mn) :

2. Batte relais

- Diviser classe en quatre
- Première personne de chaque groupe prend une batte.
- Courir avec une batte
- Contourner plot, donner batte au suivant.
- Le suivant fait le même parcours
- La première équipe qui finit, gagne



ACTIVITE MAJEURE (20 mns):

Le lancer avec élan

DEROULEMENT :

- Travail par paire
- Une balle pour deux
- Utiliser la largeur d'un gymnase
- Celui qui a la balle marche les bras levés en faisant 3 foulées (gauche-droite-gauche) et lance la balle à son partenaire (cf. dessins ci-contre pour action du lancer).
- Chacun lance 10 balles
- La balle doit faire un rebond
- Le bras qui tient la balle doit rester tendu tout au long de l'action

POINTS IMPORTANTS :

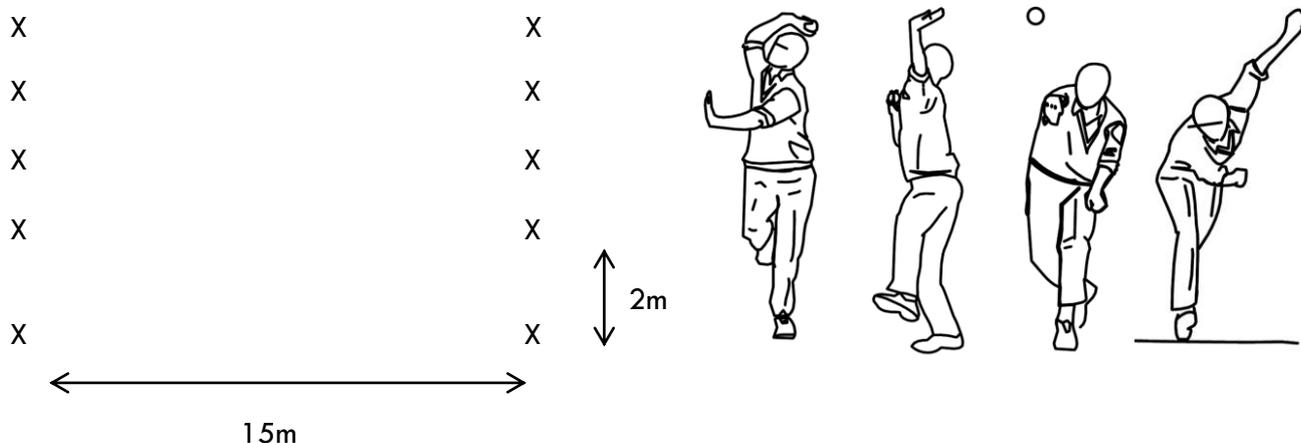
- Pied arrière perpendiculaire au partenaire
- les yeux fixent le partenaire.
- Jambe avant se lève
- Bras avant se lève haut
- Epaules et hanches alignées
- Bras lanceur reste tendu et près du corps

SECURITE :

- S'assurer que les joueurs ne traversent au milieu des autres, on ne récupère les balles que quand tout le monde a fini
- Respecter les distances de sécurité

SCHEMA DE TRAVAIL:

Le lancer



JEU (20 mn) : cricket relais :

DEROULEMENT :

- 2 équipes (une qui batte et l'autre qui chasse)
- les batteurs envoient un joueur à la frappe
- Le frappeur doit courir dès qu'il frappe la balle ou qu'elle touche son corps
- Pour marquer un point il doit courir, contourner les plots et revenir à côté de ses partenaires
- Le serveur (éducateur) est la personne qui régule le jeu
- Les chasseurs doivent attraper la balle de volée ou la relancer au gardien pour essayer d'éliminer le batteur

POINTS IMPORTANTS :

Batteurs :

- Le batteur doit frapper et courir autour des plots pour arriver derrière avant que la balle n'arrive.
- Insister sur le fait d'attendre la balle avant de vouloir frapper, le timing aide plus que la force pour frapper une balle.

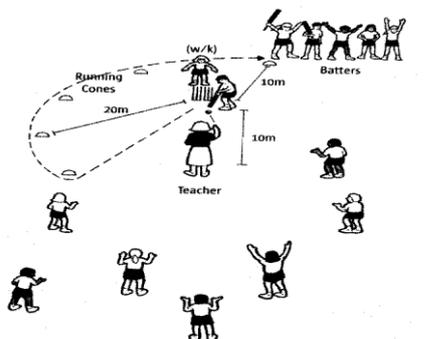
Chasseurs :

- Les chasseurs doivent relancer la balle au serveur le plus vite possible

SECURITE :

- ne pas laisser les joueurs récupérer les balles à l'intérieur de la zone de sécurité qui est de 8 mètres minimum.

Cricket relais



SEANCE 7

BUT DE LA SEANCE : amener le joueur à se positionner correctement pour réceptionner une balle

ECHAUFFEMENT (10mn) :

Milo cricket

- Étape 1 : lancer la balle au dessus de soi, claquer 3 fois des mains et rattraper la balle
- Étape 2 : lancer la balle au dessus de soi, fléchir ses genoux pour toucher le sol avec la main droite, se relever pour rattraper la balle.
- Étape 3 : lancer la balle au dessus de soi, tourner sur soi-même (360°) puis rattraper la balle.
- Étape 4 : faire une combinaison des trois premières étapes.

POINTS IMPORTANTS :

- 1 balle par personne,
- se répartir sur toute la surface disponible.
- Pour chaque étape faire 6 essais
- garder toujours les yeux fixés sur la balle.

ACTIVITE MAJEURE (20 mn):

Attraper la balle

DEROULEMENT :

- Faire des groupes de 6 maximum répartis en 4 lignes.
- Le serveur utilise une raquette de tennis pour renvoyer la balle (de tennis).
- Les joueurs doivent attraper la balle et ne pas la laisser tomber
- Si la balle est échappée par un joueur toute sa ligne recule sur la ligne D et les autres lignes avancent.
- Dès que la balle est attrapée elle doit être renvoyée au serveur qui la renvoie
- L'équipe qui sera sur la ligne A à la fin de l'exercice sera vainqueur.

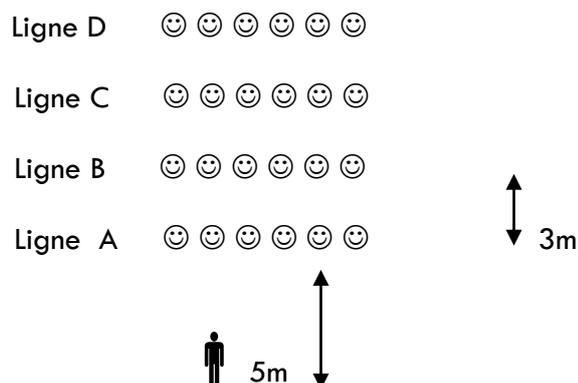
POINTS IMPORTANTS :

- bonne position : tête au dessus de la balle
- il faut amortir la balle et non jeter ses mains vers la balle
- genoux légèrement fléchis pour une meilleure mobilité.
- garder les yeux sur la balle jusque dans les mains
- main forme un panier pour avoir une plus large zone de capture.
- Avoir 3 ou 4 balles pour garder un rythme dynamique au jeu

SECURITE :

- S'assurer que les joueurs restent concentrés et regardent la balle
- Respecter les distances de sécurité
- Utiliser une balle de tennis

SCHEMA DE TRAVAIL:





: serveur (éducateur)

☺ : joueur

JEU (20 mns) : cricket continu:

DEROULEMENT :

- 2 équipes (une qui batte et l'autre qui chasse)
- les batteurs envoient un joueur qui reste à la frappe jusqu'à ce qu'il soit éliminé.
- Le frappeur doit courir dès qu'il frappe la balle ou qu'elle touche son corps
- Pour marquer un point il doit courir, contourner le plot et revenir à la frappe
- Le serveur (éducateur) lance la balle dès qu'il la reçoit d'un des chasseurs
-

POINTS IMPORTANTS :

Batteurs :

- ne pas laisser les joueurs récupérer les balles à l'intérieur de la zone.
- Les joueurs ne lancent qu'au signal de l'éducateur et de derrière la ligne
- Insister sur le fait d'utiliser le bras opposé à la balle comme viseur.

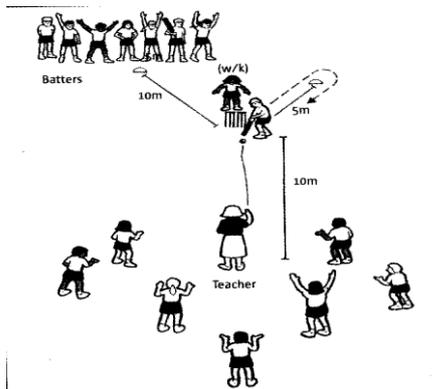
Chasseurs :

- Les chasseurs doivent relancer la balle au serveur le plus vite possible

Sécurité :

- La zone de sécurité entre le batteur et les chasseurs doit être de 8 mètres minimum

Cricket continu



SEANCE 8

BUT DE LA SEANCE : travail sur la réflexion et le positionnement dans l'espace

ECHAUFFEMENT (15 mn) :

suivre les consignes

- Suivre les indications du professeur qui donnera un nombre pour les figures à effectuer.
- **1** : main droite touche le sol ; **2** : main gauche ; **3** : les deux mains et **4** : sauter avec les bras en l'air.
- Quand le professeur indique un numéro il faut exécuter la figure qui correspond.

ACTIVITE MAJEURE (15 mn):

chasse triptyque

DEROULEMENT :

- Faire des groupes de 6 maximum répartis en 2 ateliers
- Premier de chaque groupe court vers la balle qui roule vers lui, la relance au serveur
- Premier de chaque groupe prend la batte en main et court.
- Toucher le plot opposé et revenir
- Donner la batte à son partenaire
- Première équipe qui finit gagne
- Dernier coureur de l'équipe crie « stop » quand il revient dans la zone de départ.
- Premier groupe qui finit, gagne.

POINTS IMPORTANTS :

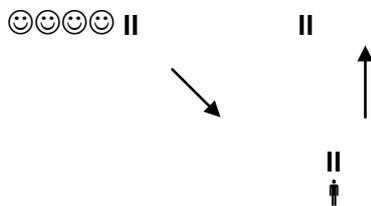
- bonne position : tête au dessus de la balle
- les yeux parallèles au sol.
- prendre une position basse avant de ramasser la balle.
- garder les yeux sur la balle
- coordination main-œil

SECURITE :

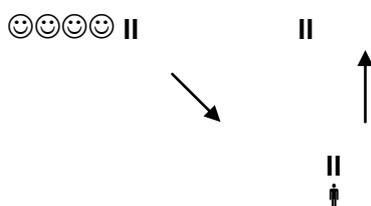
- S'assurer que le joueur ayant fini ne soit pas assis dernier celui va recevoir la balle
- Suivre les distances de sécurité

SCHEMA DE TRAVAIL:

Atelier 1 :



Atelier 2 :



† : éducateur

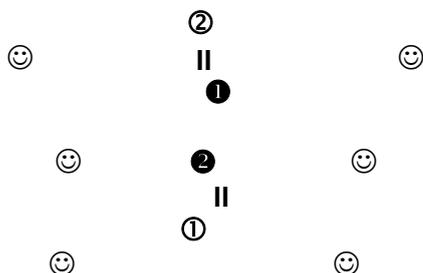
☺ : joueur

|| : guichet

JEU (30 mn) : Mini Cricket

DEROULEMENT

- ⇒ Composer des équipes de 8 joueurs maximum
- ⇒ L'équipe qui batte envoie deux batteurs (une paire), celle qui chasse utilise tous ses joueurs.
- ⇒ Chaque paire ne joue que 2 séries
- ⇒ Tous les lanceurs lancent y compris le gardien qui sera remplacé par un partenaire
- ⇒ Les points
 - Mur de côté ou de derrière le frappeur : 1 point
 - Mur face au frappeur : 4 pts en roulant et 6 pts de volée
 - Une course (changement de place des batteurs) : 2 pts
 - Balle injouable (trop large, haute ou bras plié) : 3 pts
- ⇒ Les éliminations
 - Guichet brisé par le lancer
 - Balle attrapée de volée lors d'une frappe
 - Elimination en course (joueur hors de sa zone en voulant frapper ou en courant lorsque le guichet est renversé par la balle)
 - Le frappeur renverse son guichet en voulant frapper la balle



L'équipe qui chasse :

- ① lanceur (lance 6 balles et change)
- ② gardien
- ☺ Chasseurs
- || : guichet

L'équipe qui batte :

- ① batteur : frappeur
- ② batteur : non-frappeur

SEANCE 9

BUT : travail sur la coordination (haut et bas du corps) et la réflexion (juger une balle)

ECHAUFFEMENT (15 mn) :

courir avec une batte

- Diviser la classe en 4 groupes
- Premier de chaque groupe prend la batte en main et court.
- Toucher le plot opposé et revient
- Donner la batte à son partenaire
- Première équipe qui finit gagne

ACTIVITE MAJEURE (15 mn):

- le coup sur le pied arrière

DEROULEMENT

Faire deux groupes de 10 joueurs maximum (un groupe qui bat et l'autre qui chasse). Chaque batteur aura droit à trois coups, dès qu'il frappe il doit courir jusqu'à la ligne B et revenir à la ligne A. Les chasseurs doivent arrêter la balle pour empêcher le batteur de marquer des points. L'équipe qui chasse désigne un joueur pour être le gardien. Quand tous les batteurs sont passés, les équipes intervertissent leur rôle.

Les points :

batteur marque 1 point s'il fait un aller-retour, 1 point si la balle rentre dans la zone des chasseurs et 4 points si la balle touche le mur. Et zéro point s'il est éliminé.

Les éliminations :

Pour éliminer un batteur il fut attraper la balle de volée ou que le gardien la reçoive avant que le batteur ne soit revenu sur la ligne A.

L'équipe avec le plus gros total gagne.

POINTS IMPORTANTS

Batteurs :

- le serveur lance (en cueillère) la balle de volée au niveau du nombril du frappeur
- bonne position pour effectuer le coup: sur l'avant pied de la jambe arrière avec un équilibre vers l'avant.
- les yeux parallèles au sol.
- utiliser la main avant pour guider le coup.
- accélération de la batte au moment de la frappe.
- jambe avant bouge vers la gauche.
- batte levée et parallèle avec les épaules.
- Démonstration du coup sans balle
- Démonstration avec balle

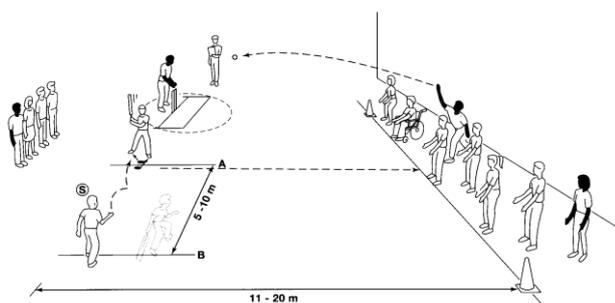
Chasseurs :

- regarder le frappeur pour connaître la direction de la balle
- renvoyer la balle au gardien (joueur dans le petit cercle).

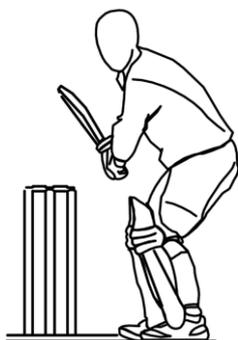
Sécurité

- placer des plots pour définir une distance de sécurité par rapport au batteur (cf. schéma)

SCHEMA DE TRAVAIL:



levé de batte (batteur droitier)



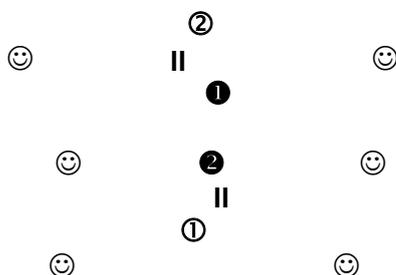
frappe sur le pied arrière (batteur gaucher)



JEU (30 mn) : Mini Cricket

DEROULEMENT

- ⇒ Composer des équipes de 8 joueurs maximum
- ⇒ L'équipe qui batte envoie deux batteurs (une paire), celle qui chasse utilise tous ses joueurs.
- ⇒ Chaque paire ne joue que 2 séries
- ⇒ Tous les lanceurs lancent y compris le gardien qui sera remplacé par un partenaire
- ⇒ Les points
 - Mur de côté ou de derrière le frappeur : 1 point
 - Mur face au frappeur : 4 pts en roulant et 6 pts de volée
 - Une course (changement de place des batteurs) : 2 pts
 - Balle injouable (trop large, haute ou bras plié) : 3 pts
- ⇒ Les éliminations
 - Guichet brisé par le lancer
 - Balle attrapée de volée lors d'une frappe
 - Elimination en course (joueur hors de sa zone en voulant frapper ou en courant lorsque le guichet est renversé par la balle)
 - Le frappeur renverse son guichet en voulant frapper la balle



L'équipe qui chasse :	L'équipe qui batte :
<ul style="list-style-type: none"> ① lanceur (lance 6 balles et change) ② gardien ☺ Chasseurs II : guichet 	<ul style="list-style-type: none"> ① batteur : frappeur ② batteur : non-frappeur

SEANCE 10

BUT : travail sur la coordination main-oeil et placement dans l'espace

ECHAUFFEMENT (5 mn) :

3. milo cricket

- jeter la balle s'asseoir, se lever et attraper la balle
- travail dans une zone définie
- courir en zigzag autour des plots puis à pieds joints dans les cerceaux

ACTIVITE MAJEURE (15 mn):

gardien de guichets

DEROULEMENT

Étape 1

- travail par trois
- le serveur lance la balle sur le mur
- le serveur se trouve derrière le gardien qui se tient accroupi dit position d'attente
- regarder la balle jusque dans les mains
- le troisième récupère la balle
- 6 balles par joueur
- le gardien lance balle, le receveur devient gardien et serveur receveur

Étape 2

- travail par trois
- le serveur lance la balle, avec un rebond, vers le gardien
- le serveur se trouve face au gardien qui se tient accroupi (= position d'attente)
- regarder la balle jusque dans les mains
- le troisième récupère la balle
- 6 balles par joueur
- le gardien lance balle, le receveur devient gardien et serveur receveur

POINTS IMPORTANTS

- travail basé sur la coordination main-oeil et la rapidité de réaction.
- Toujours regarder la balle jusque dans les mains
- Se lever quand la balle frappe le mur
- Mains souples qui laisse venir la balle

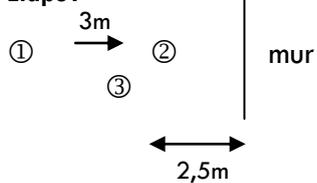
SECURITE

- Mettre une distance suffisante entre chaque groupe (3 mètres)
- Éviter que les groupes soient dans la même ligne
- Ne pas utiliser des balles dures



SCHEMA DE TRAVAIL:

Etape 1



Etape 2



- ① : serveur
- ② : gardien
- ③ : receveur

JEU (30 mn) : Kwik cricket :

(cf. règles sur feuille jointe en annexe)

FICHE EXERCICE

EXERCICE :	DUREE	REPETITION
DATE :	EQUIPEMENT :	
OBJECTIF :		
DEROULEMENT :	POINTS IMPORTANTS :	
SCHEMA :		

GRILLE EVALUATION

	Batteur frappeur	Batteur coureur	Lanceur	Chasseur
Niveau 1	<ul style="list-style-type: none"> - Manque toujours sa frappe - Tenue de batte incorrecte - Ne juge pas la longueur du rebond 	<ul style="list-style-type: none"> - Ne sait quand courir - Course lente et en zigzag - Positionnement incorrect : ne regarde pas la balle 	<ul style="list-style-type: none"> - lance bras plié (recherche vitesse et non geste) - ne sait pas adapter course et lancer 	<ul style="list-style-type: none"> - Reste raide et statique sur ses pieds - Positions des mains ne permettant pas d'attraper la balle - Ne sait pas quand et où la balle va être frappée
Niveau 2	<ul style="list-style-type: none"> - N'attend pas la balle - Epaules tournent trop tôt - Bonne tenue de batte 	<ul style="list-style-type: none"> - Appel approximatif et timide - Position d'attente statique 	<ul style="list-style-type: none"> - Perte du geste avec la course - Mauvaise position des hanches et des épaules 	<ul style="list-style-type: none"> - Plus souple sur ses appuis - Mains trop raides : pas d'amorti - Bonne réaction au moment de la frappe
Niveau 3	<ul style="list-style-type: none"> - Bon jugement - Main arrière qui dirige - Bon appel 	<ul style="list-style-type: none"> - Cherche à anticiper - Appel clair - Course pas en ligne droite 	<ul style="list-style-type: none"> - Coordination correcte mais lancer non précis - Position du corps correct (pied et épaule dans le même sens) 	<ul style="list-style-type: none"> - Cherche à deviner le coup du batteur - Main souple : bon amorti
Niveau 4	<ul style="list-style-type: none"> - Bon timing pour la frappe - Geste correctement effectué - Sait quand courir 	<ul style="list-style-type: none"> - Avance dès que la balle est lancée - Course droite et dynamique - Appel clair et distinct 	<ul style="list-style-type: none"> - Adapte la précision et la vitesse - Bonne gestuelle : mouvement continu 	<ul style="list-style-type: none"> - Bon sens de l'anticipation - Leste et agile - Sûreté dans la prise de balle
Niveau 5	<ul style="list-style-type: none"> - Timing parfait - Appel et course coordonnés - Ajuste son coup suivant la balle 	<ul style="list-style-type: none"> - Sait anticiper pour voler une course et mettre la pression - Bonne entente avec son partenaire - Course droite et dynamique 	<ul style="list-style-type: none"> - Fluidité dans le mouvement - Réflexion pour la ligne et la longueur à lancer. 	<ul style="list-style-type: none"> - Sait se placer par rapport à la balle - Très bonne technique de prise de balle - Equilibré et vif