



Game situation drills



= Fly



= Lancer



= Balle au sol



= Courir



= Batte



= Ecran



= Coach



= Joueur



= Plot



= Base



= Coureur



= Balle





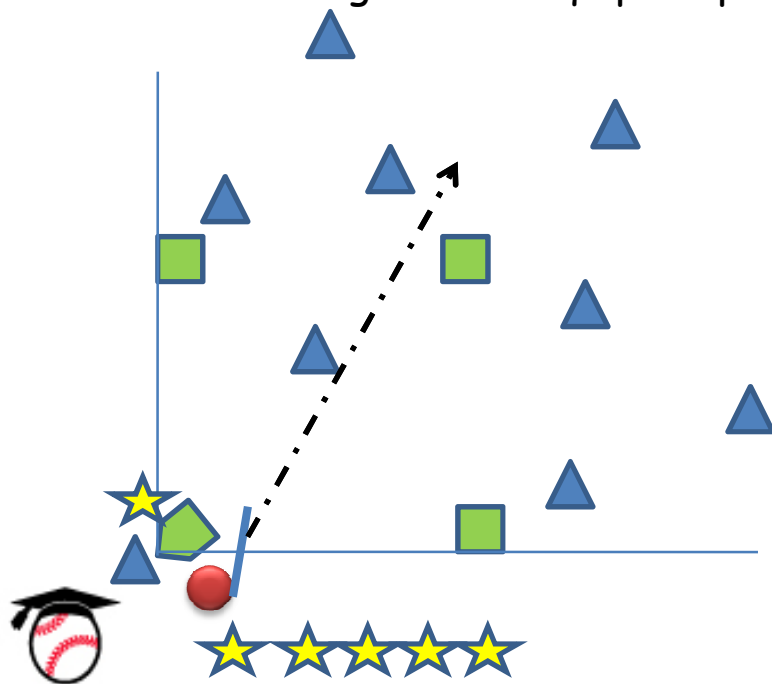
Plan

- 21 morts.....3
- Double relais.....4
- Double relais (schéma).....5
- Mini baseball.....6
- Field, lance et suit.....7
- Field lance et suit (schéma).....8



21 morts

- **Objectifs :** Simulation match
- **Description :** Une équipe en défense doit faire 21 éliminations
- **Consignes :**
 - Le coach frappe les balles (fungo)
 - Une équipe en défense, une équipe court les bases
 - Jouer comme en situation de match
 - Changer les 2 équipes après 21 morts



Matériel :

- Balles, gant, casques, batte

Variante :

- Les attaquants frappent d'un tee à la place du coach

Double relais



- **Objectifs** : Double relais
- **Description** : Jouer le Double relais en situation de match avec des coureurs sur base
- **Consignes** :
 - Diviser le groupe en 2
 - Une équipe en défense
 - Une équipe court sur base (départ de Home et 1)
 - Le Coach se situe derrière la 2^{ème} base et frappe des balles pour faire des doubles relais
 - Les défenseurs jouent la situation

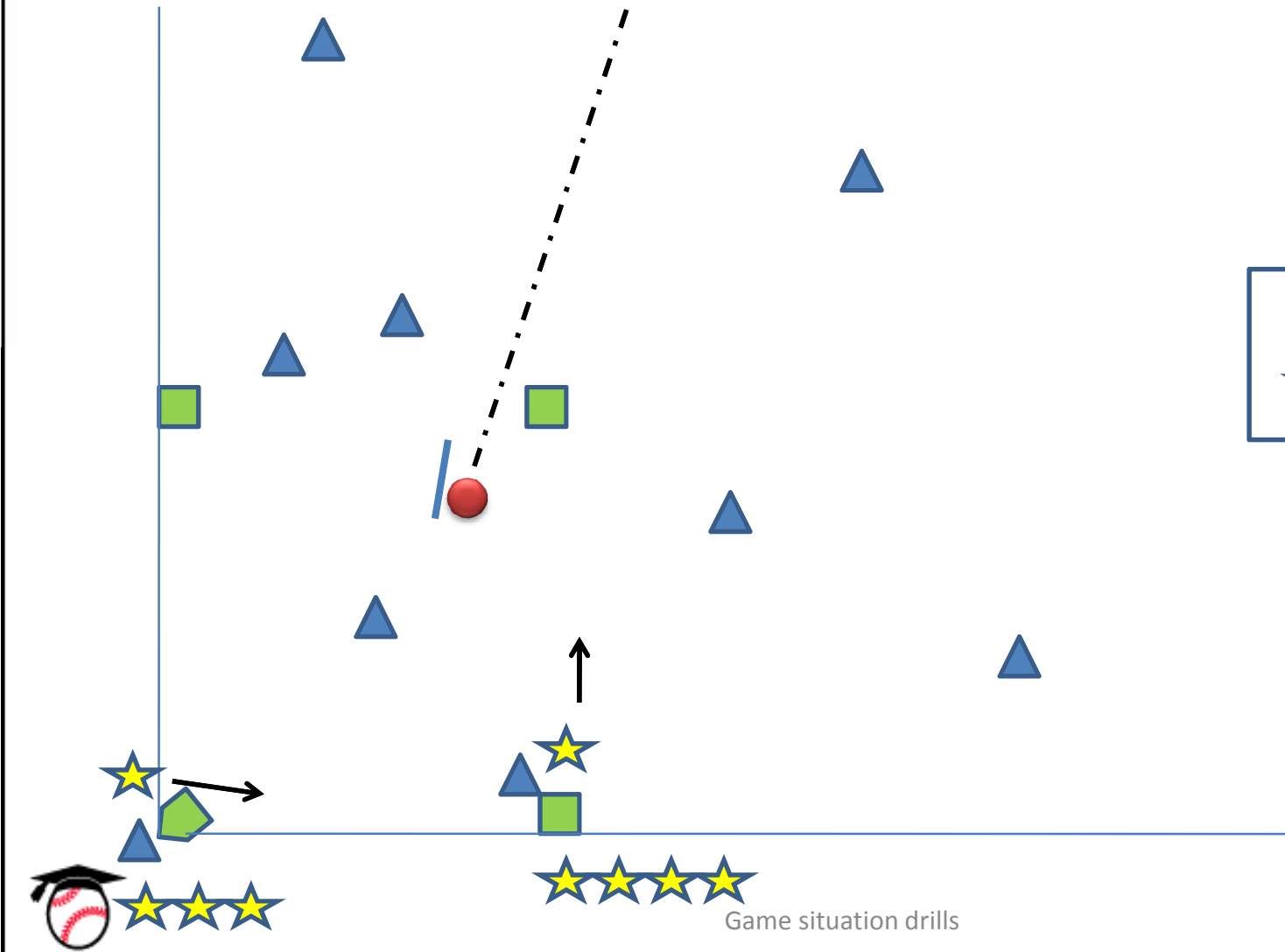
Matériel :

- Balles, gant, batte, bases



Double relais (schéma)

	= défenseur
	= coureur



Mini baseball

- **Objectifs** : Fun, simuler match baseball
- **Description** : jouer un match en respectant les règles officielles sur un terrain plus petit et avec des balles d'unihock
- **Consignes** :
 - Un lanceur (coach), toss ou lance de manière à faire frapper
 - Pas de lead sur base
 - Diminuer le nombre de joueurs

Matériel :

- Balles unihock
- Battes
- 4 bases

Variante :

- Utiliser balles Wiffles



Field, lance et suit

- **Objectifs** : Fielding, lancer
- **Description** : Coach frappe une balle au short stop qui lance en 1^{ère} et suit sa balle. Ensuite on fait le tour des bases en lançant, chaque joueur attrape la balle, la lance à la base suivante et suit sa balle
- **Consignes** :
 - Sens de rotation : SS, 1^{ère}, 2^{ème}, 3^{ème}, Home
 - Un joueur par base
 - Une file de joueur au SS (maximum 3)

Matériel :

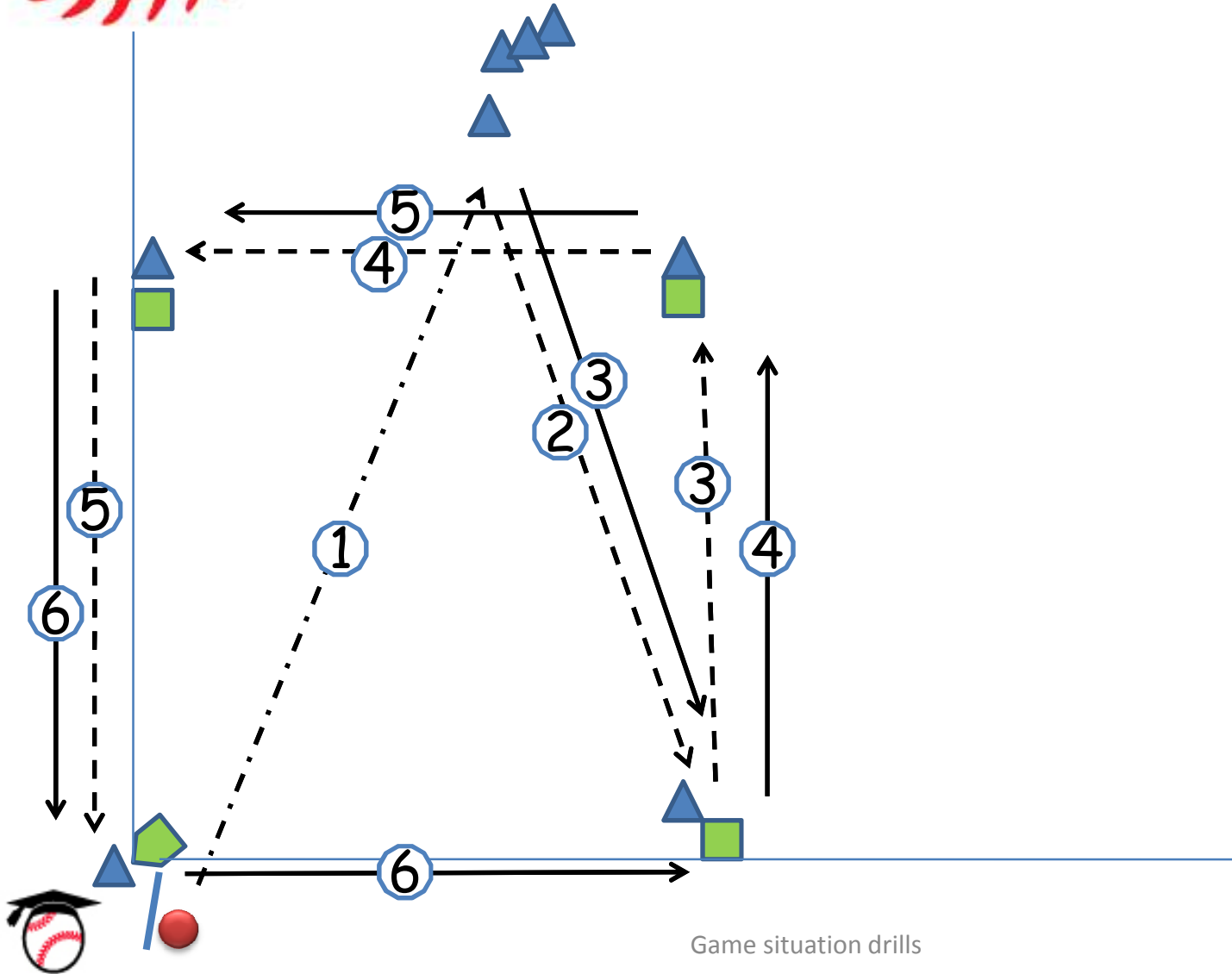
- Balles
- Battes
- 4 bases
- Gants

Variante :

- Stretch en 1^{ère}, tag en 2,3,Home
- Frapper en 2^{ème}, 3^{ème}, 1^{ère} base



Field lance et suit (schéma)



Game situation drills