

FEDERATION FRANCAISE DE BASEBALL, SOFTBALL ET CRICKET



Baseball 2003

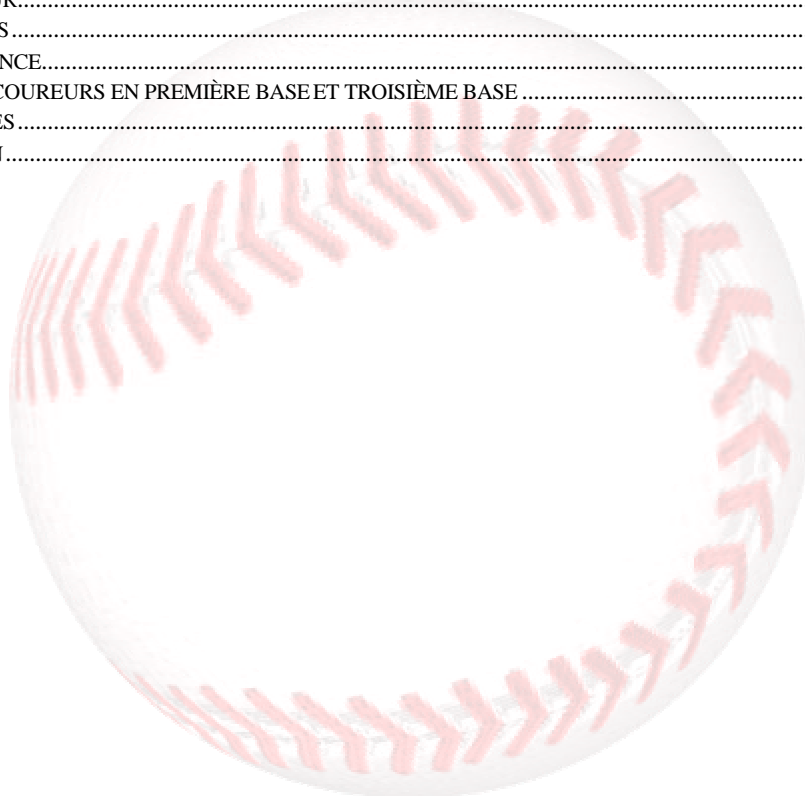
# Eléments Technico-Tactiques du Baseball

*« Le joueur Arrêt Court »*

Version 3

# SOMMAIRE

1 FIELDING POUR LES DOUBLES JEUX.....	4
1.1 Frappe sur l'arrêt-court.....	4
a) Balle de face .....	4
b) Balle à droite .....	4
c) Balle à gauche.....	4
1.2 Frappe sur le deuxième base.....	4
a) Premier pivot .....	4
b) Deuxième pivot .....	5
c) Troisième pivot.....	5
1.3 Frappe sur le lanceur.....	6
1.4 Double jeu par la deuxième base avec le receveur.....	6
1.5 Double jeu avec le joueur de première base .....	6
2 TENIR LE COUREUR.....	6
3 LES VOLS SIMPLES.....	7
4 LES VOLS EN AVANCE.....	7
5 LES SITUATIONS COUREURS EN PREMIÈRE BASE ET TROISIÈME BASE .....	7
6 LES COUVERTURES.....	7
7 COMMUNICATION.....	8



# Auteurs

*Ont participé à l'élaboration du contenu de la version 1 :*

*Lahcène BENHAMIDA,  
Didier BRETON,  
Williams CASACOLI,  
Emmanuel DANG-VAN,  
Eric DEDIEU,  
Ludovic GODARD,  
Gerardo LEROUX,  
Stephen LESFARGUES,  
Yvan NUNEZ,  
Roly PARADA,  
Fabien PROUST,  
Boris ROTHERMUNDT,  
Sylvain VIREY,  
Sébastien VALAZZA,  
Hervé FAGNONI.*

*Ont participé à l'élaboration de la version 2 :*

*Lahcène BENHAMIDA,  
Didier BRETON,  
Eric DEDIEU,  
Roly PARADA.*

# 1 Fielding pour les doubles jeux

Le plus important dans un double jeu est de faire un éliminé à la fois (le coureur le plus avancé aux bases en priorité).

Le pied glisse sur le coin de la base.  
Pas chassé et relais.

## 1.1 Frappe sur l'arrêt-court

### a) Balle de face

Après l'attraper, ouvrir le pied gauche et l'amener légèrement en arrière. Ce geste permet d'ouvrir les hanches face à la deuxième base et facilite le relais.

### b) Balle à droite

Revers, l'ouverture du pied gauche vers la gauche est plus grande que pour le relais en première base.

### c) Balle à gauche

Attraper, sortir la balle du gant en se tournant face au joueur de deuxième base, on amène le gant près de la cuisse gauche, afin que le joueur puisse voir la balle de manière distincte dans la main de l'arrêt court.

Relayer par-dessous : la main ouverte vers le joueur de deuxième base, doigts vers le bas, prendre son élan et envoyer la balle en "cloche" au joueur. Avant, pendant et après la libération de la balle, il faut avancer dans la direction du relais. Sur les balles près de la base, l'arrêt court peut jouer le double jeu seul. Attraper et se placer pour relayer en finissant avec le pied gauche sur la base.

On peut aussi attraper la balle de face et toucher la deuxième base avec le pied droit en faisant le pas chassé avant de relayer.

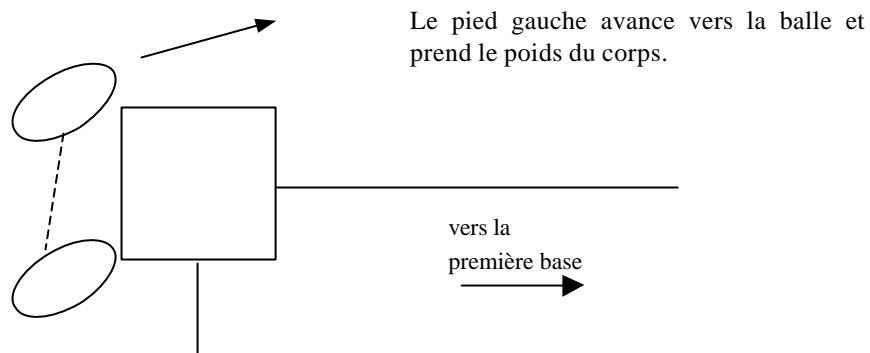
## 1.2 Frappe sur le deuxième base

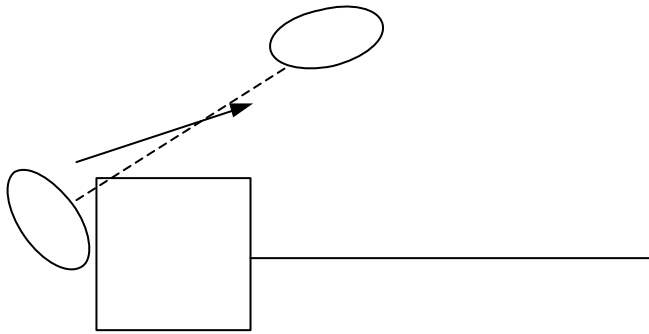
L'arrêt court doit se diriger rapidement sur la deuxième base. A l'approche de la base, il doit contrôler sa course.

Dans les différentes techniques que nous allons voir, il est important de ne faire que des petits pas (dans un cercle autour de la deuxième base d'environ 50 à 60 cm) ceci afin d'augmenter la vitesse d'exécution. Il faut également favoriser des appuis au sol sur l'avant et l'intérieur des pieds pour une meilleure stabilité.

### a) Premier pivot

- Relais précis

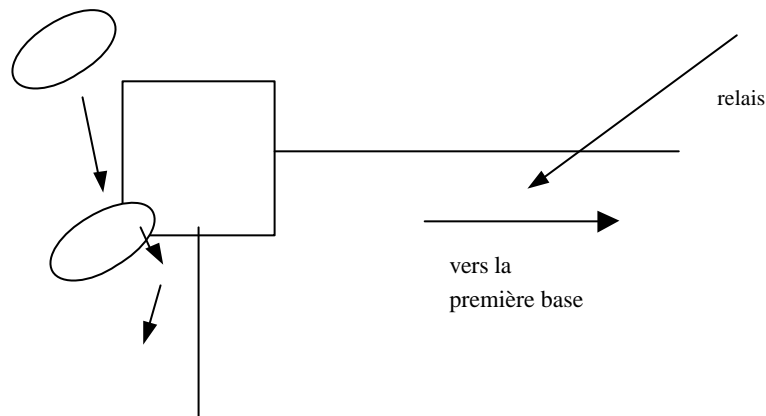




En glissant, le pied droit et les hanches s'ouvrent à droite, ce qui amène l'épaule gauche à viser la première base. Une fois le relais effectué, le poids est passé sur la jambe gauche, il faut alors suivre le mouvement du bras et la rotation des épaules, pour sauter par-dessus le coureur. Il ne faut pas avoir peur de relayer, le coureur doit s'écarter pour permettre le jeu.

### *b) Deuxième pivot*

- Relais décalé sur la droite



Il faut ouvrir le pied droit qui prend le poids du corps, le pied gauche glisse sur la deuxième base et s'oriente vers la première base. A ce moment là, l'arrêt court a la balle en main, le poids du corps sur la jambe droite, et l'épaule orientée vers la première base. Relayer et sauter.

### *c) Troisième pivot*

- Relais décalé sur la gauche

L'arrêt court ouvre le pied gauche permettant l'ouverture des épaules, attrape la balle et la ramène à l'épaule droite en faisant le pas glissé.

Il peut aussi aller chercher la balle avec le pied gauche, en l'ouvrant. Il attrape avec le poids sur le pied gauche. Le pied droit fait tout le tour (sens inverse des aiguilles d'une montre) entraînant les hanches et les épaules. Pendant ce mouvement, le gant va à l'épaule droite et la main saisit la balle. Prendre appui intérieur pied droit, ramener le pied gauche vers la cible, et relayer. Ce mouvement de rotation fait perdre la première base des yeux. Cela peut être difficile à gérer pour le joueur, mais le relais se fait dans le sens de la rotation, ce qui est plus facile que dans la première solution. Afin de retrouver plus rapidement la base avec les yeux, penser à garder le menton sur l'épaule gauche.

### 1.3 Frappe sur le lanceur

Il faut penser à faire quelques pas en couverture du lanceur. Aller se placer au-dessus de la deuxième base, face au lanceur. Dans ce cas, en faisant le pas chassé pour relayer en première base, le pied droit vient frôler la deuxième base, et prend le poids du corps. Le pied gauche est orienté vers la première base pour effectuer le relais.

### 1.4 Double jeu par la deuxième base avec le receveur

L'arrêt court se positionne sur la deuxième base, face au receveur. Pas en avant avec le pied gauche, pas chassé et relais en première base.

### 1.5 Double jeu avec le joueur de première base

- S'il est à l'intérieur, il faut se décaler sur la droite, tendre le bras droit sur le côté et crier « intérieur ». Toucher la base avec le pied gauche, en pivotant sur le pied droit.
- S'il est à l'extérieur, il faut se décaler sur la gauche en gardant le pied droit en contact avec la base. Tendre le bras gauche sur le côté gauche et crier « extérieur ». Attraper la balle, faire un pas chassé, relayer.

## 2 Tenir le coureur

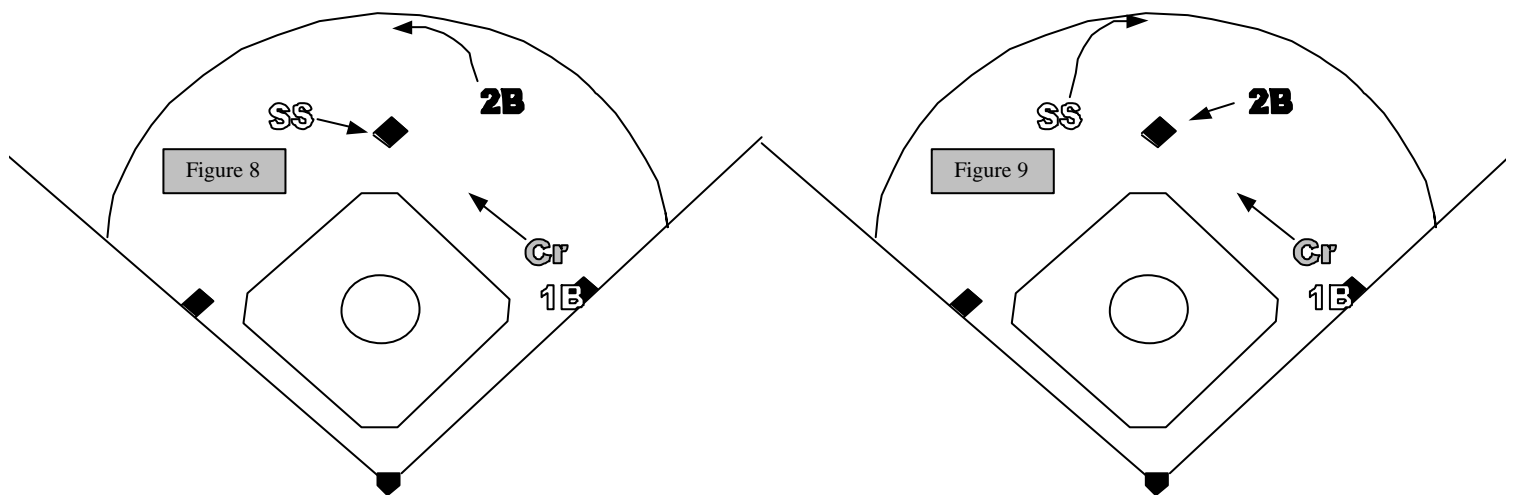
L'arrêt court place son pied gauche entre les jambes du coureur, à deux ou trois mètres derrière celui-ci. Quand le lanceur commence sa motion, il faut reculer en diagonale vers la position de double jeu. Il faut y être quand la balle arrive dans la zone de frappe, avec le poids sur l'avant des pieds, prêt pour une frappe éventuelle.

En cas de situation de pick off, la position est la même, mais avec le pied droit entre les jambes du coureur à un ou deux mètres derrière lui. Dans ce cas, l'arrêt court sera en avance sur le coureur pour se déplacer vers la base. Il faut attendre que le lanceur contrôle le coureur pour se rendre au-dessus la deuxième base, gant tendu dans sa direction.

### 3 Les vols simples

L'arrêt court prend son avance (timing avec le lanceur) et au moment où il voit que la balle n'est pas frappée, il sprint vers la deuxième base pour effectuer le tag (figure 8).

Si c'est le deuxième base qui prend la base, l'arrêt court couvre derrière à environ 5 – 6 mètres (figure 9). Dans cette situation, la trajectoire de course de l'arrêt court sera en courbe.



### 4 Les vols en avance

L'arrêt court se rend sur la seconde base. (Voir les seconde base)

### 5 Les situations coureurs en première base et troisième base

Le joueur d'arrêt court a plusieurs possibilités d'action :

- Prendre, tagger le coureur venant de la première base.
- Prendre la deuxième base, relancer au marbre pour prendre le coureur venant de la troisième base.
- Couvrir la base lorsque c'est le deuxième base qui prend la prend sur le vol.

### 6 Les couvertures

- Couvrir les relais du receveur vers le lanceur, une fois sur deux avec le seconde base.
- Couverture de la troisième base avec une passed ball (coureur en deuxième base).
- Couverture de la deuxième base sur un vol.
- Couverture du troisième base sur une balle frappée et sur un vol de trois.
- Couverture de la troisième base avec un coureur en deuxième base, le défenseur jouant l'amorti.

## 7 Communication

- Avec le coach : consignes placements, stratégies
- Avec le lanceur :
  - Jeu en deuxième base
  - Pick off
  - Pop
- Avec le catcher :
  - Vols de base
  - Pick off
- Avec le seconde base :
  - Vols de base (qui prend)
  - Double jeu
  - Pop
  - Relais du champ extérieur
- Avec les champs extérieurs :
  - Relais
  - Signaux du catcher
  - Pop