

JEUX DE RAQUETTES AU CYCLE 2

Compétence spécifique à l'EPS : S'opposer individuellement

Compétences à acquérir pour l'élève en cycle 2 :

1. Produire des trajectoires diverses (Envoyer la balle vers une cible)
2. Ajuster ses déplacements en fonction d'une trajectoire (Se déplacer pour recevoir la balle et la renvoyer vers la cible)

Compétences générales (EPS) :

- s'engager lucidement dans l'action
- construire un projet d'action

Compétences transversales pouvant être travaillées :

- adapter ses ressources informationnelles aux contraintes de la situation
- lecture de fiches (mise en place des ateliers)
- construction des règles de sécurité
- élargissement du champ des sources d'information

Connexions pouvant être établies avec d'autres disciplines :

Découverte du monde :

- ouverture à d'autres cultures :
- historique et origines de la pratique du tennis (utilisation des TICE)

Mathématiques :

- Mesures de différentes grandeurs : repérage du temps : utiliser un chronomètre pour comparer ou déterminer des durées
- Utilisation d'unités usuelles
- Espace et géométrie : repérage, orientation
Exemple : situer des objets d'un espace réel sur un plan et inversement situer dans l'espace réel des objets placés sur un plan.

Vivre ensemble : se sentir responsable, règles de sécurité...

Langues étrangères : termes techniques, consignes pouvant être données en anglais...

La séance :

Chaque séance permettra à l'élève de construire simultanément toutes ces compétences.

La séance comportera 3 parties : l'entrée dans l'activité (échauffement – exercices de familiarisation), les situations proposées (2 ou 3 maximum) et le retour sur l'activité.

Toutes les composantes liées à la logique de l'activité devront être intégrées dans les séances :

- Envoyer la balle vers une cible
- Se déplacer pour recevoir la balle
- Se déplacer pour renvoyer vers la cible

Démarche :

5 à 6 séances sont proposées, elles pourront être répétées plusieurs fois au cours d'une unité d'apprentissage de 8 à 10 séances.

Le matériel, l'espace :

- L'espace d'évolution devra être de préférence clos. Exploiter murs, obstacles variés : fil tendu, banc, poteaux, cerceaux, cibles horizontales et verticales, cordelettes de délimitation...
- Raquettes mini-tennis (minimum 1 pour 2)
- Balles diverses de diamètre et de composition différents, mousse (1 par élève), tennis : basse pression, ballons de baudruche, ballon paille, balle de tennis percée (balle usagée que l'on perce afin de se rapprocher de la balle molle) – les balles légères favorisent les exercices de dextérité, jonglages, échanges... (elles sont moins vives)

Activités proposées :

De nombreux exercices pourront être pratiqués de la main droite et de la main gauche afin de travailler les habiletés de chacun des membres antérieurs.

ENVOYER LA BALLE VERS UNE CIBLE (produire des trajectoires)

Niveau 1	Niveau 2	Niveau 3
<p>A la main :</p> <p>→ <u>Lancer une balle* en hauteur, pour la rattraper :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Avec ou sans rebond au sol. - Lancer la balle avec le bras gauche et la rattraper avec la droite (et inversement) <p>→ <u>Faire rebondir une balle dans une cible horizontale :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - cerceau, zones progressives au sol - par-dessus un obstacle : banc, fil tendu, dans une caisse, sur une table, sur un banc pour un partenaire <p>→ <u>Lancer vers une cible verticale :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - suspendue, dessinée sur un mur, - quilles sur un banc... <p><i>* balle, balle mousse, ballon de baudruche, volant de badminton...</i></p>	<p>A la main :</p> <p>→ <u>Se déplacer en faisant rebondir la balle* :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - au sol - en avant, - en arrière... <p>→ <u>Lancer une balle à un partenaire avec ou sans rebond :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Le partenaire recule d'un pas après 2 réceptions réussies. - Idem avec un obstacle (filet, banc...) lanceur et réceptionneur peuvent aussi reculer. - essayer de marquer « un but » à son adversaire <p>→ <u>Faire rebondir une balle par-dessus un obstacle:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - banc, fil tendu, - pour viser une cible (cerceau...) <p>→ <u>Lancer une balle le plus loin possible</u></p>	<p>- Viser cinq cibles posées au sol à différentes distances</p> <p>- Lancer sur un mur pour produire des rebonds + ou - longs, et rattraper</p>
<p>Avec raquette :</p> <p>→ <u>Jongler :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - avec un ballon de baudruche vers le haut <p>→ <u>Frapper la balle en la laissant tomber sur le tamis :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - devant le joueur (dans son champ de vision) <p>→ <u>Frapper la balle après un rebond au sol dans un cerceau sur le côté du joueur :</u></p> <p>(orientation du joueur: pieds parallèles, frappe dans l'axe de la cible)</p>	<p>Avec la raquette :</p> <p>→ Reprendre les situations « à la main » des niveaux 1 et 2 avec une raquette pour le lanceur</p>	

SE DÉPLACER POUR RECEVOIR LA BALLE (Ajuster ses déplacements en fonction d'une trajectoire)

Niveau 1	Niveau 2	Niveau 3
<p>A la main :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lancer une balle* en hauteur, pour la rattraper sur une partie du corps (tête, bras...) - Avec ou sans rebond au sol. Seul ou avec un partenaire, - Lancer sur un mur pour produire des rebonds + ou - longs, le ramasseur en arrière rattrape après le rebond ; 	<p>A la main :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lancer une balle* à la main en hauteur, la rattraper avec un déplacement. - Parcours de jonglage avec main droite ou main gauche (sans temps) 	<p>A la main :</p> <ul style="list-style-type: none"> - S'opposer 1 contre 1 dans un terrain délimité, avec une séparation (filet, banc...), l'adversaire doit rattraper la balle avant le 1^{er} ou 2^{ème} rebond. - Parcours de jonglage avec main droite ou main gauche (avec temps)
<p>Avec la raquette :</p> <p>Reprendre les situations précédentes</p> <p>• <i>balle, balle mousse, ballon de baudruche...</i></p>	<p>Avec la raquette :</p> <p>Parcours de jonglage avec le coup droit ou le revers (sans temps)</p>	<p>Avec la raquette :</p> <p>Parcours de jonglage avec le coup droit ou le revers (avec temps)</p>

SE DÉPLACER POUR RENVOYER VERS LA CIBLE (Ajuster ses déplacements en fonction d'une trajectoire - échanges)

Niveau 1	Niveau 2	Niveau 3
<p>A la main :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Echange contre le mur (préciser avec ou sans rebond) - Echange d'un ballon paille (gros diamètre) roulant au sol - Echange d'un ballon paille avec rebonds : préciser le nombre de rebonds – possibilité de mettre un cerceau pour le rebond - Echange d'un ballon paille au-dessus d'un filet : intervenir sur le nombre de rebonds et hauteur du filet - Echange d'un ballon paille au-dessus d'un filet dans un terrain délimité : intervenir sur la hauteur du filet, les rebonds et l'espace de jeu <p><i>Pour chaque situation, il sera possible d'utiliser différentes balles, et de jouer avec main droite, main gauche...</i></p>	<p>A la main :</p> <p>Reprendre les situations précédentes en utilisant la trame de variance, afin de faire progresser les élèves :</p> <ul style="list-style-type: none"> - jouer sans temps, - au temps sur des espaces non délimités / ou délimités, - main droite / main gauche... 	
<p>→ Un joueur avec une raquette, un joueur à la main :</p> <p style="text-align: center;">Reprendre les situations précédentes</p> <p><i>Pour chaque situation, il sera possible d'utiliser différentes balles et raquettes</i></p> <p>→ Lanceur sans raquette puis avec raquette</p>	<p>→ Un joueur avec une raquette, un joueur à la main :</p> <ul style="list-style-type: none"> - le lanceur envoie à la main un ballon au-dessus du filet : l'adversaire doit la frapper et la renvoyer vers le lanceur. - faire durer l'échange le plus longtemps possible - contre le mur : le lanceur envoie à la main la balle contre le mur qui doit être ensuite frappée avec la raquette par l'adversaire (récupération par le lanceur) <p>→ Lanceur sans raquette puis avec raquette</p>	<p>→ Un joueur avec une raquette, un joueur à la main :</p> <ul style="list-style-type: none"> - le lanceur envoie à la main un ballon au-dessus du filet : l'adversaire doit la frapper et la renvoyer vers le lanceur. Possibilité de marquer un « but » à son adversaire après deux échanges réussis. - le lanceur envoie à la main un ballon au-dessus du filet : l'adversaire doit renvoyer au-dessus du filet dans différentes cibles. <p>→ Lanceur sans raquette puis avec raquette</p>
<p>→ Deux joueurs avec une raquette : Reprendre les situations précédentes</p> <p><i>Pour chaque situation, il sera possible d'utiliser différentes balles et raquettes</i></p>		