OBJECTIFS DE LA SESSION DU TENNIS SCOLAIRE

de la 3e à la 5e année

Après avoir terminé cette session de six cours, les élèves devraient être capables de :

- maîtriser les objectifs de la session du Tennis scolaire 1re et 2e années,
- démontrer la capacité d'initier le jeu en utilisant un service au-dessus de la tête en étant placé entre le mi-terrain et le fond de terrain,
- démontrer la capacité d'échanger une balle en coopération (échanges), à courte et à moyenne distance, en utilisant des coups droits et des revers,
- démontrer la connaissance du bon corridor de frappe (poignet ferme, balle à la hauteur de la taille, le cordage faisant face à la cible), de la préparation (position d'attente athlétique) et replacement après avoir frappé la balle,
- démontrer un esprit sportif et le respect du code d'éthique du tennis.

ACTIVITÉS DU TENNIS SCOLAIRE, de la 3e à la 5e année

Thème/Cours		Se préparer	Prêt à apprendre	Prêt à jouer
Thèmes de la 3/4e année	1er cours	Transport de la balle	Tenir une raquette et frapper la balle (coup de fond)	Les échanges
	2e cours	Laisser tomber la balle et la rattraper (avec raquette)	Frapper la balle (coup droit)	Échanges sans filet
	3e cours	Laisser tomber la balle et la frapper	Frapper la balle (revers)	Échanges avec filet
Thèmes de la 4/5e année	4e cours	Frapper la balle	Frapper la balle (service)	Au service
	5e cours	Service	Retourner la balle (coup de fond)	Tennis volleyball
	6e cours	Retourner la balle	Se déplacer, frapper la balle (coup de fond) et replacement	Simple sans limites

Au cours de la session, les élèves devraient être encouragés à **adopter un esprit sportif et à respecter le code d'éthique du tennis**. Ceci peut se manifester de diverses façons. Par exemple, les élèves devraient travailler avec enthousiasme avec leurs pairs et les encourager et ils devraient se conformer au code de d'éthique du tennis (se serrer la main après un match, applaudir les bons coups, éviter de nuire aux autres terrains, etc.).

1ER COURS

de la 3e à la 5e année

Objectifs du cours :

Les élèves seront capables de frapper la balle vers l'avant sans interruption.

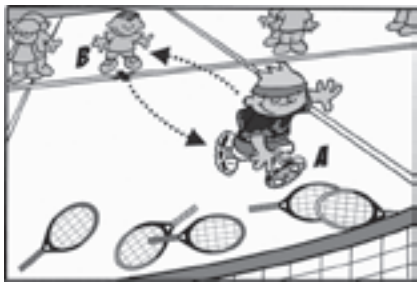
Objectif du jeu :

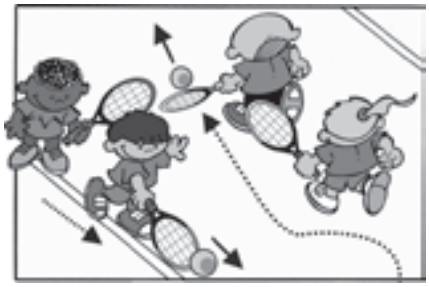
Les élèves devraient être capables de jouer à « *Les échanges* ». Pour obtenir du succès à « *Les échanges* », les élèves devront être capables de laisser tomber (rebond) et de frapper la balle vers l'avant en coopération avec un partenaire.

SE PRÉPARER

ACTIVITÉS : Transport de la balle

- En transportant la balle sur le côté du coup droit de la raquette (paume vers le haut), les élèves se déplacent sur leur terrain en marchant.
- On peut demander aux élèves de se déplacer dans diverses directions et en suivant divers tracés tout en transportant la balle sur leur raquette; par exemple, ils peuvent se déplacer vers l'avant, l'arrière, de côté ou effectuer des zigzags, des courbes ou des spirales; répéter en leur demandant de transporter la balle sur l'autre côté de la raquette (revers).





VARIATIONS

Moins difficile

- Permettre aux élèves de n'utiliser que le côté coup droit de la raquette (paume vers le haut).
- Permettre aux élèves de marcher au lieu de courir.
- Permettre aux élèves de se déplacer dans une seule direction (au lieu de couvrir tout le terrain).

Plus difficile

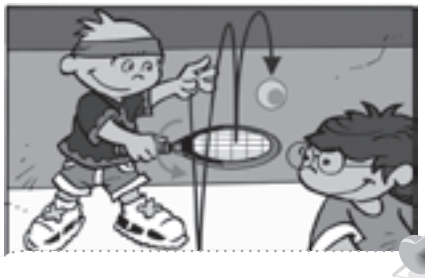
- Demander aux élèves d'exécuter l'exercice en utilisant le revers (paume vers le bas).
- Demander aux élèves de tenir leur raquette à différentes hauteurs (haute, moyenne, basse) lorsqu'ils se déplacent.
- Demander aux élèves de travailler avec un partenaire et jouer à **« Suivez le guide »** en transportant la balle.

PRÊT À APPRENDRE

1er COURS

ACTIVITÉS : Prise de la raquette et dribbler la balle (coup droit)

- Fournir une balle et une raquette à chaque élève et leur demander de prendre la raquette comme s'ils se donnaient une poignée de main. Les élèves font comme s'ils frappaient *doucement* la balle avec un marteau en utilisant le « cadre » de la raquette.
- Raquette en main, les élèves frappent la balle pour eux-mêmes à l'intérieur de leur espace personnel. On devrait leur demander de commencer en laissant tomber la balle et en la frappant vers le « haut » de façon à ce que la balle reste dans leur espace personnel (revers et coup droit).



VARIATIONS

Moins difficile

- Permettre aux élèves d'attraper la balle avec leur raquette avant de la laisser tomber et de la frapper.
- Permettre aux élèves de n'utiliser qu'un côté de la raquette (coup droit).

Plus difficile

- Demander aux élèves d'alterner entre le côté coup droit et revers de la raquette.
- Demander aux élèves de frapper la balle à différentes hauteurs (haute, moyenne, basse).
- Demander aux élèves d'être en mouvement en frappant la balle.
- Demander aux élèves de frapper la balle sans rebond (volée).

CONSIGNES :

« Ne casse pas ton poignet ».
« Place-toi de biais avec ta cible ».
« Garde la balle devant toi ».
« Frappe la balle entre le genou et la taille ».
« Replace-toi après chaque coup ».

PRÊT À JOUER

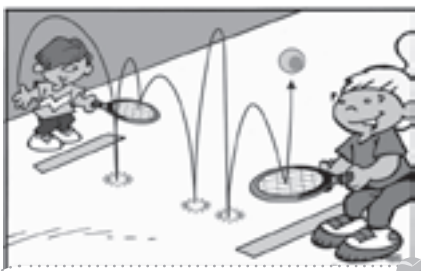
1er COURS

ACTIVITÉS : Les échanges

- Deux par deux, dans un espace défini sur leur terrain, un élève laisse tomber la balle puis la frappe vers le haut de façon à ce que son partenaire puisse frapper la balle à nouveau après l'avoir laissé rebondir. Le jeu se poursuit jusqu'à ce que la balle soit « injouable ».

Résolution de problème

- Comment devrais-tu frapper la balle pour permettre à ton partenaire de la retourner?
  Réponse : Frapper la balle vers l'avant à une hauteur moyenne (hauteur des hanches et balle moins rapide).
- Que dois-tu faire afin de pouvoir retourner la balle facilement?
  Réponse : Laisser la balle rebondir pour me permettre de bien me replacer.



VARIATIONS

Moins difficile

- Permettre aux élèves d'attraper la balle sur leur raquette entre chaque frappe.
- Permettre aux élèves de laisser rebondir la balle plusieurs fois avant de la frapper.

Plus difficile

- Demander aux élèves d'alterner entre le côté coup droit et celui du revers de la raquette.
- Demander aux élèves de frapper la balle sans lui laisser faire de bond (volée).
- Demander aux élèves de frapper la balle à différentes hauteurs (haute, moyenne, basse).

CONSIGNES :

« Le tamis de la raquette doit se diriger vers la cible ».
« Garde la balle au milieu du cordage » (tamis).
« Amortis la balle ».

2E COURS

de la 3e à la 5e année

Objectifs du cours :

Les élèves seront capables de frapper une balle vers une cible sans interruption en exécutant un coup droit.

Objectif du jeu :

Les élèves devraient être capables de jouer à « *Échanges sans filet* ». Pour obtenir du succès à « *Échanges sans filet* », les élèves devront être capables de laisser tomber et de frapper la balle en direction d'un partenaire et de retourner la balle en direction de leur partenaire (échanges).

SE PRÉPARER

2e COURS

ACTIVITÉS : Rebond et attraper

- Les élèves laissent tomber la balle et l'attrapent sur le côté coup droit de leur raquette. Ils peuvent effectuer cet exercice en étant immobiles, en courant, en effectuant des pas chassés et en tournant; répéter en utilisant le côté revers de la raquette.
- Deux par deux, les élèves exécuteront quelques activités de réception. Immobile, la balle en main, l'élève laisse tomber la balle et son partenaire doit l'attraper sur le côté coup droit de sa raquette. À son tour, cet élève laisse tomber la balle de façon à ce que son partenaire puisse l'attraper sur sa raquette; répéter en utilisant le côté revers de la raquette.
- Deux par deux, les élèves échangent en laissant tomber la balle et en la frappant vers leur partenaire.
- Réviser (récapituler) et reprendre le jeu **« Les échanges »** du cours précédent.

VARIATIONS

Moins difficile

- Permettre aux élèves d'utiliser leur main non dominante pour attraper la balle sur leur raquette.
- Permettre aux élèves de laisser tomber la balle de plus haut.
- Permettre aux élèves de demander à un partenaire de laisser tomber la balle pour eux.

Plus difficile

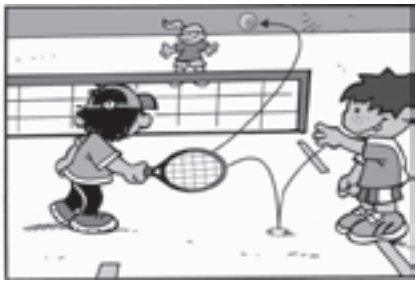
- Demander aux élèves d'attraper la balle sur leur raquette sans se servir de leur main.
- Demander aux élèves de frapper la balle pour eux-mêmes avant de l'attraper.
- Demander aux élèves de laisser tomber la balle de leur raquette (au lieu d'utiliser leur main non dominante).

PRÊT À APPRENDRE

2e COURS

ACTIVITÉS : Frapper du coup droit

- En groupe de trois, un élève lance la balle, un autre la frappe vers une cible (par exemple, par-dessus le filet en direction d'une raquette au sol) en exécutant un coup droit et le troisième élève attrape la balle; les élèves inversent les rôles après un certain nombre de coups.



VARIATIONS

Moins difficile

- Permettre aux élèves d'essayer de frapper la balle par-dessus le filet (au lieu de par dessus le filet et vers une cible).
- Permettre à l'élève qui frappe la balle de se rapprocher du filet.

Plus difficile

- Demander aux élèves de s'éloigner du filet.
- Demander aux élèves de placer leur cible à différents endroits et à différentes distances du filet.
- Demander aux receveurs d'attraper la balle avec sa raquette.
- Demander aux receveurs de servir de cible et à poursuivre l'échange en retournant la balle (plutôt qu'en l'attrapant).

CONSIGNES :

« Ne casse pas ton poignet »
« Place-toi de biais avec ta cible »
« Garde la balle devant toi »
« Frappe la balle entre le genou et la taille »
« Replace-toi après chaque coup »

PRÊT À JOUER

2e COURS

ACTIVITÉS : Échanges sans filet

- En utilisant deux marqueurs (cônes) en guise de filet, les élèves s'échangent la balle (en la frappant avec un coup droit) en la faisant passer au-dessus un filet imaginaire (au-dessus d'une ligne). Ils doivent coopérer pour prolonger les échanges.
  Le jeu se poursuit jusqu'à ce que la balle soit « injouable ».

Résolution de problème

- Pourquoi est-il important de revenir à la position de départ (attente)?
  Réponse : Pour être prêt à frapper la prochaine balle d'un côté ou de l'autre (revers ou coup droit).

VARIATIONS

Moins difficile

- Permettre aux élèves d'attraper la balle sur leur raquette avant de la laisser tomber et de la frapper.
- Permettre aux élèves de frapper la balle pour eux-mêmes avant de la retourner.
- Permettre aux élèves de n'utiliser qu'un côté de la raquette (coup droit).
- Permettre aux élèves de faire rebondir la balle plusieurs fois avant de la retourner.

Plus difficile

- Demander aux élèves de frapper la balle sans lui laisser faire de bond (volée).

CONSIGNES :

« Le tamis de la raquette doit se diriger vers la cible ».
« Garde la balle au milieu du cordage » (tamis).
« Amortis la balle ».

3E COURS

de la 3e à la 5e année

Objectifs du cours :

Les élèves seront capables de frapper une balle vers une cible sans interruption en exécutant un revers.

Objectif du jeu :

Les élèves devraient être capables de jouer à « *Échanges avec filet* ». Pour obtenir du succès à « *Échanges avec filet* », les élèves devront être capables de laisser tomber la balle et de la frapper par-dessus le filet en direction d'un partenaire et de retourner la balle par-dessus le filet en direction d'un partenaire.

SE PRÉPARER

3e COURS

ACTIVITÉS : Rebond et frapper la balle

- Immobile et tenant la balle dans sa main non dominante, un élève laisse tomber la balle et la frappe et il laisse son partenaire l'attraper sur le côté coup droit de sa raquette. À son tour, cet élève laisse tomber la balle et la frappe de façon à ce que son partenaire puisse l'attraper sur sa raquette; répéter en utilisant le côté revers de la raquette.
- Réviser (récapituler) et reprendre le jeu **« Échanges sans filet »** du cours précédent.

VARIATIONS

Moins difficile

- Permettre aux élèves d'utiliser leur main non dominante pour attraper la balle.
- Permettre aux élèves de laisser rebondir la balle plus d'une fois avant de l'attraper.

Plus difficile

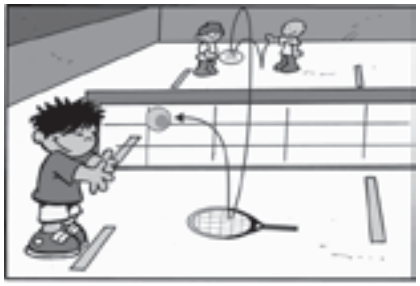
- Demander aux élèves d'attraper la balle sur leur raquette sans utiliser leur main.
- Demander aux élèves de frapper la balle pour eux-mêmes avant de l'attraper.
- Demander aux élèves d'attraper la balle après un bond seulement (ou sans bond).

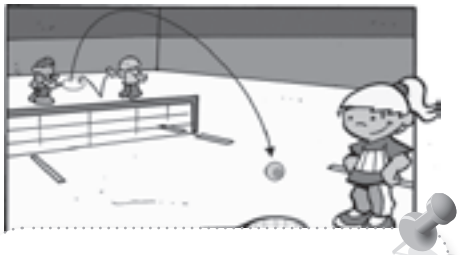
PRÊT À APPRENDRE

3e COURS

ACTIVITÉS : Frappe du revers

- En groupe de trois, un élève lance la balle, un autre la frappe vers une cible (par exemple, par-dessus le filet en direction d'une raquette au sol) en exécutant un revers et le troisième élève attrape la balle; les élèves inversent les rôles après un certain nombre de coups.





VARIATIONS

Moins difficile

- Permettre aux élèves d'essayer de frapper la balle par-dessus le filet au lieu de par-dessus le filet et vers une cible).
- Permettre à l'élève qui frappe la balle de se rapprocher du filet.

Plus difficile

- Demander aux élèves de s'éloigner du filet.
- Demander aux élèves de placer leur cible à différents endroits et à différentes distances du filet.
- Demander aux receveurs d'attraper la balle avec sa raquette.
- Demander aux receveurs de servir de cible et poursuivre l'échange en retournant la balle.

CONSIGNES :

« Ne casse pas ton poignet ».
« Place-toi de biais avec ta cible ».
« Garde la balle devant toi ».
« Frappe la balle entre le genou et la taille ».
« Replace-toi après chaque coup ».

PRÊT À JOUER

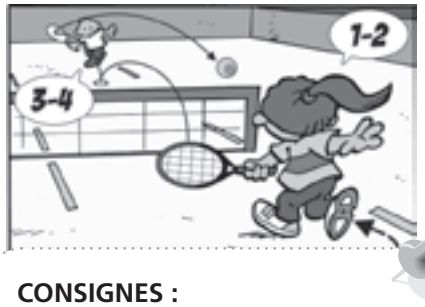
3e COURS

ACTIVITÉS : Échanges avec filet

- En commençant par laisser tomber la balle, les élèves font des échanges (en exécutant des coups de fond) de part et d'autre du filet. Ils doivent coopérer pour prolonger les échanges. Le jeu se poursuit jusqu'à ce que la balle soit « injouable » (revers et coup droit).

Résolution de problème

- À quel moment utilises-tu le coup droit ou le revers?
  Réponse : Tout dépend de la position de la balle et du temps pour me replacer.
  J'essaie de me positionner pour frapper sur mon côté fort.



VARIATIONS

Moins difficile

- Permettre aux élèves d'attraper la balle sur leur raquette avant de la laisser tomber et de la frapper.
- Permettre aux élèves de frapper la balle pour eux-mêmes quelques fois avant de la retourner.
- Permettre aux élèves de laisser rebondir la balle plusieurs fois avant de la retourner.

Plus difficile

- Demander aux élèves d'alterner entre les coups droits et les revers.
- Demander aux élèves de frapper la balle sans lui laisser faire de bond (volée).

CONSIGNES :

« Le tamis de la raquette doit se diriger vers la cible ».
« Garde la balle au milieu du cordage » (tamis).
« Amortis la balle ».

4E COURS

de la 3e à la 5e année

Objectifs du cours :

Les élèves seront capables d'effectuer un service par-dessus le filet en exécutant un service.

Objectif du jeu :

Les élèves devraient être capables de jouer à « *Au service* ». Pour obtenir du succès à « *Au service* », les élèves devront être capable d'effectuer un service par-dessus le filet.

SE PRÉPARER

ACTIVITÉS : Frappe du coup droit et revers

- En groupe de trois, un élève lance la balle, un autre la frappe par-dessus le filet en direction d'une cible et du troisième élève en exécutant un coup de fond; le troisième élève reçoit la balle. Les élèves inversent les rôles après un certain nombre de coups. Autant que possible, le troisième élève devrait attraper la balle et la relancer au lanceur.
- Réviser (récapituler) et reprendre le jeu **« Échanges avec filet »** du cours précédent.

VARIATIONS

Moins difficile

- Permettre aux élèves d'essayer de frapper la balle par-dessus le filet (plutôt que par-dessus le filet et vers une cible).
- Permettre à l'élève qui frappe la balle de se rapprocher du filet.

Plus difficile

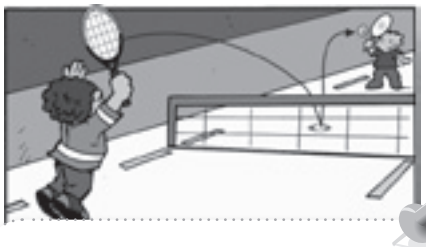
- Demander aux élèves de s'éloigner du filet.
- Demander aux élèves qui servent de cible de se déplacer entre chaque coup (déplacer la cible raquette).
- Demander aux receveurs d'attraper la balle sur leur raquette.
- Demander aux receveurs d'être la cible et de poursuivre l'échange en retournant la balle (plutôt qu'en l'attrapant).

PRÊT À APPRENDRE

4e COURS

ACTIVITÉS : Frapper du service

- De la ligne de fond, les élèves exécutent un service pour envoyer la balle à leur partenaire situé près du filet (du même côté du terrain). Le partenaire attrape la balle avec sa raquette et la retourne à son partenaire en effectuant un service.
- Placés entre la ligne de fond et la ligne de service, les élèves exécutent un service pour envoyer la balle à leur partenaire situé de l'autre côté du filet.
- Placés entre la ligne de fond et la ligne de service, les élèves exécutent un service pour envoyer la balle à leur partenaire situé de l'autre côté du filet. Tous les services devraient être effectués en diagonale. Le partenaire qui reçoit est placé du côté opposé du filet et de biais avec son partenaire.
- Les élèves devraient essayer de servir en donnant à la balle une trajectoire arquée.



VARIATIONS

Moins difficile

- Permettre aux élèves de s'approcher du filet/partenaire lorsqu'ils servent.

Plus difficile

- Demander aux serveurs de viser des cibles (raquette, lignes) situées de l'autre côté du filet.
- Demander aux élèves de retourner le service en exécutant un coup de fond.
- Demander aux élèves de se placer derrière la ligne de fond pour servir.

CONSIGNES :

« Ne casse pas ton poignet ».

« Place-toi de biais avec ta cible ».

« Frappe la balle au-dessus de ta tête ».

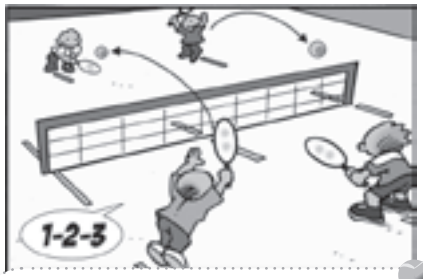
« Le cordage doit faire face à la cible » (tamis).

PRÊT À JOUER

4e COURS

ACTIVITÉS : Au service

- **1re version (coopération) :** un élève exécute un service de l'autre côté du filet, les élèves essaient d'attraper la balle sur leur raquette. Lorsque la balle est attrapée, elle est retournée en service de l'autre côté du filet. Deux points sont accordés pour un service qui passe par-dessus le filet et un point est accordé pour une bonne réception. On calcule les points par équipe.
- **2e version (compétition) :** deux par deux, un élève exécute un service par-dessus le filet vers son partenaire. Le partenaire doit attraper la balle sur sa raquette et changer de place après chaque service. Un point est accordé si le service est dirigé vers le receveur et un point est accordé pour une bonne réception. Chaque élève doit compter ses points; inverser les rôles après quelques coups.
- **3e version :** un élève sert et les autres tentent à tour de rôle de retourner la balle par-dessus le filet; si la balle va à l'extérieur des limites du terrain, l'élève doit aller dans « le champ », mais revient au jeu aussitôt qu'il attrape/récupère le retour d'un autre élève.



Résolution de problème

- Comment ton service peut-il être difficile à attraper pour ton partenaire?
  Réponses : 1) Servir dans un espace libre.
  2) Augmenter la puissance au service.

VARIATIONS

Moins difficile

- Permettre aux élèves de jouer sur un côté du filet seulement (c.-à-d. éliminer l'obstacle créé par le filet).
- Permettre aux élèves de s'approcher du filet lorsqu'ils servent.
- Permettre aux élèves de servir directement devant eux plutôt qu'en diagonale.

Plus difficile

- Demander aux élèves de retourner la balle en exécutant un coup de fond (coup droit – revers).
- Demander aux élèves de se placer derrière la ligne de fond pour servir.

CONSIGNES :

« Le tamis de la raquette doit se diriger vers la cible ».

« Garde la balle au milieu du cordage » (tamis).

5E COURS

de la 3e à la 5e année

Objectifs du cours :

Les élèves seront capables d'échanger la balle par-dessus le filet en exécutant des coups droits et des revers.

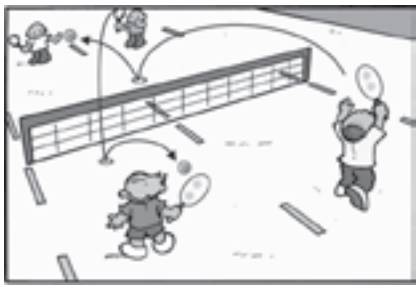
Objectif du jeu :

Les élèves devraient capables de jouer à « *Tennis volleyball* ».
Pour obtenir du succès à « *Tennis volleyball* », les élèves devront être capables de retourner une balle de service en exécutant un coup droit ou un revers.

SE PRÉPARER

ACTIVITÉS : Service

- Placés entre la ligne de fond et la ligne de service, les élèves exécutent un service pour envoyer la balle à leur partenaire situé de l'autre côté du filet. Tous les services devraient être effectués en diagonale, le partenaire qui reçoit étant placé du côté opposé du filet et de biais avec son partenaire.
- Réviser (récapituler) et reprendre le jeu **« Au service »** du cours précédent.



VARIATIONS

Moins difficile

- Permettre aux élèves de s'approcher du filet/partenaire lorsqu'ils servent.
- Permettre aux élèves de servir en ligne droite.

Plus difficile

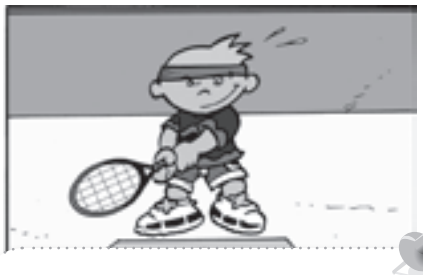
- Demander aux élèves de retourner le service en exécutant un coup de fond (coup droit – revers).
- Demander aux élèves de se placer derrière la ligne de fond pour servir.

PRÊT À APPRENDRE

5e COURS

ACTIVITÉS : Retourner la balle (coup de fond)

- Les partenaires étant de chaque côté du filet, les élèves échangent en exécutant des coups droits et des revers. Le jeu devrait toujours débuter en effectuant un service du mi-terrain. Demander aux élèves de se placer de biais avec le filet (le bras non dominant faisant face au filet) et de se replacer face au filet après avoir frappé la balle. Éloigner graduellement les élèves du filet.



VARIATIONS

Moins difficile

- Permettre aux élèves de s'approcher du filet.
- Permettre aux élèves d'attraper la balle sur leur raquette et de retourner la balle en la laissant tomber avant de la frapper.
- Permettre aux élèves de n'exécuter que des coups droits.

Plus difficile

- Demander aux élèves de se placer près de la ligne de fond lorsqu'ils échangent.
- Demander aux élèves d'alterner entre les coups droits et les revers.

CONSIGNES :

« Ne casse pas ton poignet ».
« Place-toi de biais avec ta cible ».
« Garde la balle devant toi ».
« Frappe la balle entre le genou et la taille ».
« Replace-toi après chaque coup ».

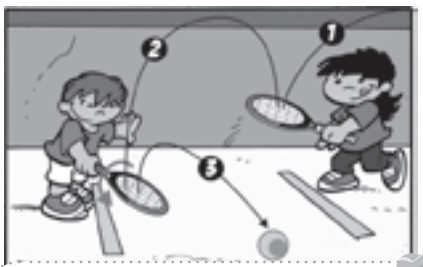
PRÊT À JOUER

5e COURS

ACTIVITÉS : Tennis volleyball

- En équipe de quatre, les élèves jouent au tennis volleyball; chaque équipe peut frapper la balle trois fois avant de l'envoyer de l'autre côté du filet. Le jeu commence en effectuant un service du fond du terrain.

Les enseignants pourraient commencer à montrer le pointage. Les parties sont de 4 points comptés 1, 2, 3 et 4; le quatrième point est celui qui fait gagner la partie. Demander aux élèves de jouer une « manche », c'est-à-dire la première équipe à gagner « 2 ou 3 parties ».



Résolution de problème

- Quelles stratégies peux-tu utiliser pour mettre fin à un échange et gagner un point?
  Réponses : 1) Faire une volée au filet.
  2) Viser un espace libre (entre 2 joueurs).
  3) Frapper en direction de la ligne de côté.

VARIATIONS

Moins difficile

- Permettre aux élèves de commencer le jeu en laissant tomber la balle avant de la frapper.
- Permettre aux élèves de commencer le jeu en servant du mi-terrain.

Plus difficile

- Demander aux élèves de compter les points en utilisant 0, 15, 30, 40, partie, plutôt que 1, 2, 3, 4.

CONSIGNES :

« Le tamis de la raquette doit se diriger vers la cible ».
« Garde la balle au milieu du cordage » (tamis).
« Amortis la balle ».

6E COURS

de la 3e à la 5e année

Objectifs du cours :

Les élèves seront capables de revenir à un « point de départ » après avoir frappé la balle par-dessus le filet; les élèves seront capables de diriger un coup de fond vers divers endroits du terrain.

Objectif du jeu :

Les élèves devraient être capables de jouer à « *Simple sans limites* ». Pour obtenir du succès à « *Simple sans limites* », les élèves devront être capables de diriger la balle par-dessus le filet et de la placer de façon à ce que leur partenaire ne puisse la retourner.

SE PRÉPARER

ACTIVITÉS : Retourner la balle

- De part et d'autre du filet, les élèves échangent avec leur partenaire en exécutant des coups droits et des revers (inciter les élèves à se placer de profil avec le filet lorsqu'ils frappent la balle et à se replacer face au filet après voir frappé). Les élèves commencent chaque échange en effectuant un service.
- Réviser (récapituler) et reprendre le jeu **« Tennis volleyball »** du cours précédent.

VARIATIONS

Moins difficile

- Permettre aux élèves de commencer l'échange en laissant tomber la balle avant de la frapper.
- Permettre aux élèves de frapper la balle pour eux-mêmes entre les coups afin de maîtriser la balle.
- Permettre aux élèves de laisser rebondir la balle plus d'une fois avant de la retourner.
- Permettre aux élèves de s'approcher du filet.

Plus difficile

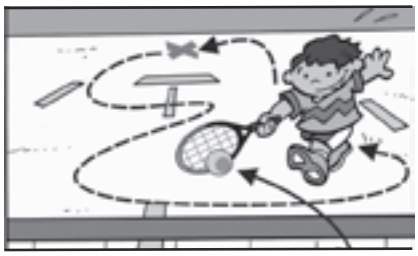
- Demander aux élèves de retourner la balle après seulement un bond.
- Demander aux élèves de se placer près de la ligne de fond lorsqu'ils échangent.

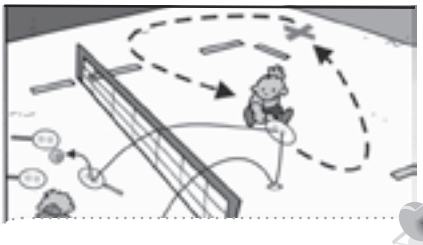
PRÊT À APPRENDRE

6e COURS

ACTIVITÉS : Se déplacer, frapper la balle (coup de fond) et se replacer (point de départ)

- Déposer un marqueur au milieu de chaque ligne de fond pour marquer le « point de départ ». Leur partenaire étant de l'autre côté du filet, les élèves échangent en exécutant des coups droits et des revers; les élèves doivent revenir au point de départ après avoir frappé la balle.
- Debout près de la ligne de fond, les élèves frappent une balle lancée par leur partenaire et essaient de diriger la balle vers différentes cibles placées de l'autre côté du filet; les élèves doivent revenir au point de départ après avoir frappé la balle.
- Deux par deux, les élèves effectuent des échanges par-dessus le filet, mais essaient de mettre leur partenaire en difficulté (placer la balle hors de portée du partenaire; les élèves doivent revenir au point de départ après avoir frappé la balle.)





VARIATIONS

Moins difficile

- Permettre aux élèves de n'exécuter que des coups droits.
- Permettre aux élèves de s'approcher du filet.
- Permettre aux élèves de frapper la balle pour eux-mêmes entre les coups afin de maîtriser la balle.

Plus difficile

- Demander aux élèves de frapper la balle après un bond.
- Demander aux élèves de se placer de l'autre côté du filet pour lancer la balle (lanceur).

CONSIGNES :

« Ne casse pas ton poignet ».

« Place-toi de biais avec ta cible ».

« Garde la balle devant toi ».

« Frappe la balle entre le genou et la taille ».

« Après avoir frappé, retourne au point de départ dans une position d'attente ».

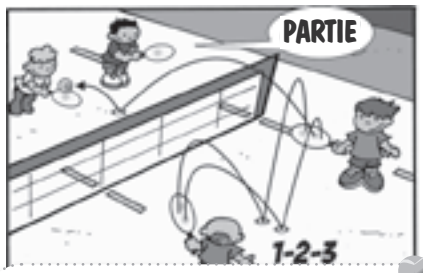
PRÊT À JOUER

6e COURS

ACTIVITÉS : Simple sans limites

- Deux par deux, les élèves font des échanges par-dessus le filet; chaque échange commence en exécutant un service; les élèves peuvent laisser rebondir la balle plus d'une fois et la frapper à plusieurs reprises avant de la retourner de l'autre côté du filet.

Les enseignants pourraient demander aux élèves de continuer d'utiliser le système de pointage qu'ils ont appris. Les parties sont de 4 points comptés 1, 2, 3 et 4; le quatrième point est celui qui fait gagner la partie. Demander aux élèves de disputer une « manche » – c'est-à-dire, la première équipe à gagner 2 ou 3 parties.



Résolution de problème

- Pourquoi est-il important de revenir à ton point de départ après chaque échange?
  Réponse : En revenant au centre du terrain et près de la ligne de fond, je suis en meilleure position pour la prochaine action.

VARIATIONS

Moins difficile

- Permettre aux élèves de laisser tomber la balle et de la frapper pour commencer l'échange plutôt que d'effectuer un service.
- Permettre aux élèves de s'approcher du filet pour servir.

Plus difficile

- Demander aux élèves de frapper la balle après un bond seulement.
- Demander aux élèves de ne frapper la balle qu'une seule fois pour la retourner de l'autre côté du filet.
- Demander aux élèves de retourner à leur « point de départ » après avoir frappé la balle (par exemple, accorder un point de plus leur partenaire s'ils ne le font pas).
- Demander aux élèves de compter les points en utilisant 0, 15, 30, 40, partie, plutôt que 1, 2, 3, 4.

CONSIGNES :

« Le tamis de la raquette doit se diriger vers la cible ».

« Garde la balle au milieu du cordage » (tamis).

« Amortis la balle ».

NOTES

Suivant : de la 6e à la 8e année