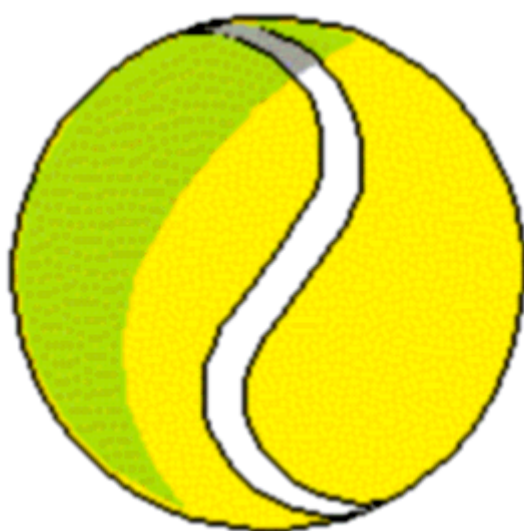


Le Tennis à l'Ecole

Direction des Sports
De la ville d'Argenteuil



Service Animation et Education Sportive



Juillet 2013

SOMMAIRE

PREAMBULE.....	3
I- CAHIER DES CHARGES	4
II- CHARTE DE FONCTIONNEMENT.....	5
III- PROJET PEDAGOGIQUE.....	8
IV- RECOMMANDATIONS	13
V- CONTENU PEDAGOGIQUE ET SITUATIONS	14

Préambule

Pourquoi l'activité **Tennis** en milieu scolaire à Argenteuil ?

1. Les apports de l'activité

Cette activité est au programme des activités physiques et sportives à enseigner en EPS.

- Elle a un rôle éducatif et social

En effet, elle apporte à l'élève le sens des valeurs physiques, morales et intellectuelles :

- Le respect de soi et des autres
 - Le sens du travail
 - L'esprit d'équipe
 - La maîtrise et le dépassement de soi
- Elle permet de développer des compétences motrices et cognitives
- Envoyer une balle à l'aide d'une raquette
 - Lire la trajectoire de la balle

2. Le nouveau complexe « Henri Burg »

La ville d'Argenteuil s'est dotée d'un complexe sportif dédiée à l'activité tennis dans la perspective de pouvoir développer l'activité. La ville souhaite ouvrir les portes de ce magnifique complexe aux enfants fréquentant les écoles afin de leur permettre de découvrir cette activité dans les meilleures conditions.

Les élèves souhaitant poursuivre en club, auront déjà trouvé leurs repères dans cette place forte du tennis argenteuillais !



3. L'opportunité de la pratiquer

Enseigner l'activité tennis, c'est permettre de faire découvrir et pratiquer l'activité à un nouveau public.

I - Cahier des charges

S'engager dans le projet **Tennis**, cela signifie :

1. Pour l'école :

- Que toutes les classes du cycle 3 participent en totalité à ce projet.
- Que tous les enseignants engagés dans le projet deviennent les « **correspondants tennis** ». Ils seront l'interface entre les Conseillers Pédagogiques de Circonscription, les partenaires locaux et les parents.

2. Pour l'enseignant (Éducation Nationale) :

Assurer deux missions :

- **le pilotage du projet** : participation aux réunions régulières concernant l'élaboration, le bilan, les perspectives et les réajustements éventuels du projet – cadre, en liaison avec les Conseillers Pédagogiques de Circonscription et les partenaires locaux.
- **l'organisation des modules** : en tant que relai dans l'école, le correspondant veille au bon déroulement de l'activité en assurant la cohérence et la permanence du module (recensement des demandes particulières des collègues à transmettre aux réunions de pilotage et gestion du planning de l'école afin de garantir la présence des classes à chaque séance).
Il gère éventuellement les échanges entre les services et la création pour l'école d'un groupe de parents – accompagnateurs.

S'engager tout au long des séances :

Au tennis Henri Burg :

- Sur le court : en ayant pris connaissance du projet pédagogique et en prenant en charge en autonomie ou en co-animation avec l'éducateur sportif.
- Dans les vestiaires : en régulant le groupe pour la mise en place rapide de l'activité (tenues vestimentaires, comportements, etc.)

A l'école :

- En mettant en place une réunion d'informations aux parents concernant le projet.
- En transmettant toutes les informations indispensables à la bonne marche du projet (bilan d'activités et de fonctionnement, propositions éventuelles...)
- En faisant vivre l'activité tennis dans sa classe (retour régulier, anticipation et évaluation des séances avec les élèves en intégrant ce projet d'EPS dans un projet d'apprentissage pluridisciplinaire).

II - Charte de fonctionnement

Principes généraux :

- L'activité « **Tennis** » fait partie intégrante des activités scolaires.
- La responsabilité de l'enseignant est totale en ce qui concerne tant la sécurité que le contenu pédagogique des séances, ce qui demande **sa participation active et permanente lors de l'animation et la prise en charge des groupes. Les éducateurs sportifs ne peuvent, en aucun cas, prendre seuls la responsabilité d'une classe.**
- Le projet « **Tennis** » de l'école doit être transmis au plus tard lors de la réunion précédent le démarrage du module et présenté aux différents acteurs concernés.
- Le module est constitué de 10 séances selon le calendrier annuel. La classe est concernée **dans sa totalité sur toute la durée du module** ; il est totalement exclu qu'un enfant « pour quelque raison que ce soit » ne participe pas à l'activité. Le bilan du module est à transmettre à la circonscription ou à la Direction des Sports dès la fin du module.

Rôle des partenaires :

L'enseignant :

1. Il participe activement à l'activité en :
 - Prenant en charge un groupe. Il ne peut alors évoluer avec les autres groupes, mais maîtrise le contenu des séances. (Par exemple, il peut prendre en charge des enfants qui ne peuvent pas s'intégrer aux groupes momentanément).
 - Allant sur le « court » sans avoir un groupe en charge. Il encourage, reprend une consigne mal comprise, aide à la mise en place des jeux ou des ateliers, évalue les actions des enfants, repère les problèmes, assure la surveillance.....
 - Restant en périphérie immédiate du « court ». Il encourage les enfants, évalue l'adéquation de leurs actions avec l'objectif des situations mises en place grâce aux échanges indispensables entre enseignants et éducateurs sportifs et identifie les problèmes.
2. Il rend les enfants partie prenante de l'activité en :
 - Annonçant les contenus des séances à l'avance.
 - Faisant un point après une séance sur les acquis, les souhaits, les problèmes....
 - Utilisant les composantes de l'activité dans les activités de la classe
 - Favorisant l'auto-évaluation.

L'éducateur sportif :

Il apporte sa technicité :

- Apport technique auprès des enseignants qui le souhaitent en situant les actions par rapport aux apprentissages fondamentaux de l'activité, ceci afin de permettre l'évaluation.
- Il prépare le programme des compétences qu'il souhaite développer chez les enfants, compte tenu des âges et des niveaux.

Les échanges entre enseignants et éducateurs sportifs

Ces échanges sont souhaitables :

- En début de séance pour bien définir les contenus avant que les enfants ne démarrent l'activité.
- En fin de séance pour prévoir des remédiations ou énoncer des problèmes qui seront à résoudre.
- Pour que l'enseignant s'implique activement, et intègre l'activité « **Tennis** » dans son action éducative quotidienne.

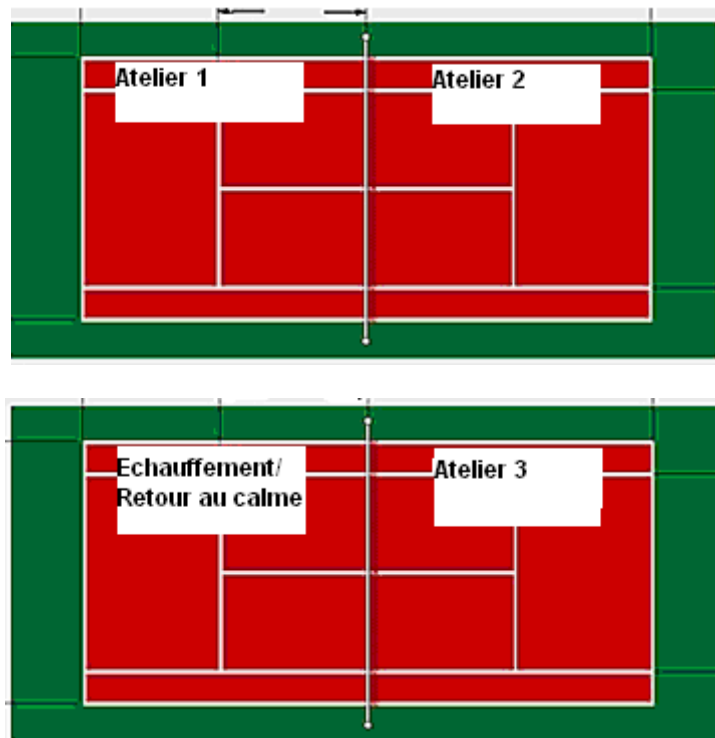
Organisation du module :

Répartition de la classe : (en fonction des logiques pédagogiques retenues par les enseignants des classes concernées et les éducateurs sportifs)

- Une classe divisée en 3 : un enseignant et deux éducateurs sportifs : collaboration organisée sur les 3 groupes de la classe.
- Une classe divisée en 3 groupes : un enseignant et deux éducateurs sportifs : alternance entre collaboration et animation en autonomie.
- Les instituteurs devront préparer les 3 groupes au préalable qui seront fixes sur l'ensemble du module (des modifications pourront être apportées durant le module afin de faciliter son bon déroulement).

Répartition dans l'espace :

L'espace sera divisé en 4 parties :



Répartition des séances en fonction des modules : 8 à 10 séances

- Séance 1 : présentation du projet et évaluation diagnostique
- Séance 2 à 8 : apprentissage.
- Séance 9 : évaluation final sous forme de match
- Séance 10 : tournoi intra-classe ou interclasse.

Séance en co-animation, éducateur sportif et enseignant :

- répartition dans la prise en charge des ateliers.
- co-intervention sur le groupe classe.
- échanges et information régulière tout au long du module.
- prise en compte des préparations et des projets d'enfants.
- organisation conjointe de l'évaluation tout au long du module.
- relais de l'activité dans les classes.
- insertion de l'évaluation finale du module dans les livrets d'évaluation de chaque enfant.

Séance d'animation en autonomie :

- enseignant assurant seul la séance.
- reprise des situations proposées lors des séances précédentes.
- mise en place éventuellement de nouvelles situations après analyse de la séance commune.
- mise en place de situations préparées par les enfants.

Parents accompagnateurs :

- L'estimation des besoins d'encadrement est définie par l'enseignant selon la classe, les niveaux d'habileté des élèves et le nombre de parents qui se proposent pour l'accompagnement.
- Bien préciser aux parents quel sera leur rôle : apporter une aide matérielle aux enfants (habillage, toilettes, déplacements etc.), contribuer à l'animation sur le court (aide personnalisée, gestion d'un atelier etc.).
- Les informer clairement qu'ils ne sont là ni pour s'occuper exclusivement de leur propre enfant, ni pour leur pratique personnelle !
- Informer l'inspection académique des noms des parents accompagnateurs.
- L'assurance responsabilité civile est nécessaire (MAIF, OCCE ou autre etc.).

III – Projet Pédagogique Cycle III

Projet pédagogique élaboré en conformité avec les Programmes de l'école primaire parus au Bulletin Officiel n°1 du 5 janvier 2012.

 **BO n°1 du 5 janvier 2012 :**

L'Education Physique et Sportive :

« L'éducation physique et sportive vise le développement des capacités motrices et la pratique d'activités physiques, sportives et artistiques. Elle contribue à l'éducation à la santé en permettant aux élèves de mieux connaître leur corps, et à l'éducation à la sécurité, par des prises de risques contrôlées. Elle éduque à la responsabilité et à l'autonomie, en faisant accéder les élèves à des valeurs morales et sociales (respect des règles, respect de soi-même et d'autrui). »

Connaissances et compétences pour les jeux de raquettes

Cours élémentaire 2 ^{ème} année (CE2)	Cours moyen 1 ^{ère} année (CM1)	Cours moyen 2 ^{ème} année (CM2)
<p>Réaliser des échanges avec et sans filet avec différents types de raquette (tennis, tennis de table, badminton).</p> <p>Utiliser plusieurs types de renvoi (coup droit, revers).</p> <p>Utiliser un envoi simple (à la main, « en cuillère ») pour commencer l'échange.</p> <p>Se placer par rapport à l'engin envoyé (volant balle) pour pouvoir le renvoyer à son tour.</p>	<p>Organiser le renvoi (position, coup droit ou revers, amorti,...) pour mieux maîtriser la trajectoire de la balle ou du volant.</p> <p>Faire une mise en jeu, codifié ou non, permettant le renvoi.</p> <p>Compter les points lors d'un match (pour soi ou en situation d'arbitrage).</p>	<p>Choisir le renvoi le mieux adapté.</p> <p>Viser dans les espaces libres pour tenter de marquer le point.</p> <p>Utiliser la mise en jeu réglementaire.</p> <p>Varié la vitesse d'exécution pour chercher à déstabiliser l'adversaire.</p> <p>Compter les points en tant qu'arbitre.</p> <p>→ Marquer des points dans un match à 2</p>

❖ Objectifs généraux

Le but est d'initier des enfants âgés de 8 à 12 ans à la pratique d'un sport de raquette : le **Tennis**.

A travers la pratique de cette activité l'enseignant visera l'acquisition de la compétence générale : **«s'opposer individuellement et collectivement »**.

La mise en œuvre de l'activité devra permettre à l'élève de développer les compétences suivantes à la fin du cycle 3 :

➤ **Compétences transversales**

1) *Développer un cadre sécurisant*

S'engager lucidement dans la pratique de l'activité : agir pour mieux se connaître et mieux contrôler son action

2) *Amener les élèves vers le plus d'autonomie et de responsabilisation en leur donnant des tâches à effectuer et des rôles*

3) *Favoriser leur développement psychomoteur en tenant compte de leurs envies, besoins et capacités*

4) *Qu'ils sachent mesurer et apprécier les efforts de l'activité : identifier leurs actions, situer leur niveau de pratique*

5) *De le confronter à l'application et à la construction de règles de vie et de fonctionnement collectif : coopérer, échanger, construire et/ou respecter les règles.*

➤ **Compétences spécifiques**

1) Amener les enfants à respecter les règles de vie

- En les élaborant avec eux
- En les faisant participer au rangement du matériel
- En faisant respecter le langage de chacun, le matériel et les règles de vie
- En respectant les horaires et la tenue adaptée pour faire du sport

2) Leur donner la possibilité de faire seul, de tester par eux même, de trouver des solutions aux problèmes rencontrés, leur permettre une part décisionnelle

3) Faire participer les élèves un maximum en leur proposant des jeux ludiques et éducatifs

4) Apprendre à travailler avec les autres

❖ **Objectifs d'apprentissage**

Mise en place de situations mettant l'accent sur la motivation, la réussite et le plaisir.

1. Envoyer la balle : frapper la balle.

2. Renvoyer la balle : se déplacer et se placer pour se mettre en situation de frappe.

3. Echanger : se déplacer et se placer pour se mettre en situation de frappe en l'orientant vers mon partenaire.

4. Rompre l'échange : se déplacer et se placer pour se mettre en situation de frappe en l'orientant dans une zone qui déstabilisera son adversaire.

❖ Problèmes fondamentaux

Dans chaque action de frappe, des problèmes se posent :

- Alternance systématique entre l'attaque de la cible adverse et la défense de son camp
- Le choix de la continuité ou de la rupture de l'échange en fonction de la situation
- Le risque de perdre ou gagner le point (dosage risque/sécurité)
- Se déplacer, frapper et viser pour gagner le point
- Observer et s'adapter aux rapports de force, faire des choix.

❖ Ressources mobilisées chez l'enfant

• Sur le plan moteur :

- Temps de réaction, tonicité
- Sens du placement : déplacement, remplacement et appuis au sol
- Equilibre, résistance à l'effort
- Décontraction musculaire (pour "lâcher les coups")
- Analyse visuelle permanente pour l'appréciation des distances, des trajectoires et effets de rotation de la balle reçue, pour maîtriser la relance avec plusieurs choix tactiques possibles (placement de la balle, vitesse, etc.)

• Sur le plan cognitif :

- Motivation, c'est une activité sportive techniquement difficile,
- Concentration,
- Gestion du "stress",
- Aptitude à surmonter les échecs initiaux et gestion de la réussite
- Sens de l'anticipation (tactique, analyse du jeu adverse)

Afin de mobiliser et développer l'ensemble de ses ressources les élèves tiendront différents rôles tout au long du cycle :

- lanceur
- joueur
- ramasseur de balle
- juge-arbitre

❖ Programmation du cycle

La **séance 1** sera d'une part une séance où les principes du projet et de l'activité seront exposés aux élèves mais également une séance d'évaluation diagnostique où les élèves évolueront sur les mêmes types de situations. Elle permet en outre aux enfants de rentrer dans l'activité, de prendre les repères de fonctionnement du cycle mais également aux instituteurs (trices) et aux éducateurs de percevoir le niveau des enfants.

Les **séances 2 à 8** seront des séances d'apprentissage sous forme :

- d'atelier motricité
- d'atelier technique
- d'atelier opposition

La **séance 9** sera une évaluation sous forme de montante / descendante qui permettra de déterminer des groupes de niveau pour le tournoi qui finalisera le cycle.

La **séance 10** sera un tournoi par poules de niveau.

❖ Planification des séances

Etiquette + sécurité tout au long du cycle					
Séance	Echauffement	Atelier Motricité	Atelier Technique	Atelier opposition	Retour au calme
<p>Séance 1</p> <p>- <i>Découverte de l'activité sécurité</i></p> <p>- <i>Evaluation diagnostique</i></p>	<p>« Balles brûlantes »</p> <p>(p. 33)</p>	<p>« Situation de référence »</p> <p>(p.)</p> <p>+</p> <p>« Le mur »</p> <p>(p. 47)</p>			<p>Jonglerie</p> <p>+ Retour sur l'évaluation</p> <p>+ Explication de la prochaine séance</p>
<p>Séance 2</p> <p>Envoyer la balle</p>	<p>« La forêt »</p> <p>(p. 34)</p>	<p>« Le parcours »</p> <p>(p. 39)</p>	<p>« La balle au bond »</p> <p>(p. 44)</p>	<p>« Match vortex »</p> <p>(p. 47)</p>	<p>1, 2,3 soleil</p> <p>+ Débriefing séance</p> <p>+ Explication de la prochaine séance</p>
<p>Séance 3</p> <p>Envoyer la balle</p>	<p>« Le requin »</p> <p>(p. 32)</p>	<p>« Le parcours Bis »</p> <p>(p. 40)</p>	<p>« Touche la cible si tu peux ! »</p> <p>(p. 45)</p>	<p>« Le marchand de glaces »</p> <p>(p. 48)</p>	<p>Débriefing de la séance avec les enfants</p> <p>+ Questionnements sur le ressenti</p> <p>+ Explication de la prochaine séance</p>
<p>Séance 4</p> <p>Renvoyer la balle</p>	<p>« Hockey Tennis »</p> <p>(p. 35)</p>	<p>« Parcours lancé »</p> <p>(p. 40)</p>	<p>« Le tennisman »</p> <p>(p. 45)</p>	<p>« Le ballon vole »</p> <p>(p. 49)</p>	<p>Questionnement sur le lexique Tennis</p> <p>+ Débriefing séance</p> <p>+ Explication de la prochaine séance</p>

<p>Séance 5 Renvoyer la balle</p>	<p>« Jonglerie » (p. 32)</p>	<p>« Parcours lancé Bis » (p. 41)</p>	<p>« L'essuie-glace » (p. 46)</p>	<p>« La chistera » (p. 50)</p>	<p>Questionnement sur l'étiquette Tennis + Débriefing séance + Explication de la prochaine séance</p>
<p>Séance 6 Echanger</p>	<p>« Passe à 5 » (p. 36)</p>	<p>« Jeu de l'étoile » (p. 41)</p>	<p>« Le mur » (p. 47)</p>	<p>« Record d'échanges » (p. 38)</p>	<p>Temps calme avec les balles + Débriefing séance + Explication de la prochaine séance</p>
<p>Séance 7 Echanger</p>	<p>« Balles brûlantes avec raquette » (p. 33)</p>	<p>« Jeu de l'étoile » (p. 41)</p>	<p>« Record d'échange » (p. 38)</p>	<p>« Match frisbee » (p. 51)</p>	<p>Questionnement sur l'étiquette Tennis + Débriefing séance + Explication de la prochaine séance</p>
<p>Séance 8 Echanger</p>	<p>« Le relais » (p. 37)</p>	<p>« Chef d'orchestre » (p. 43)</p>	<p>« La rivière » (p. 47)</p>	<p>« Match »</p>	<p>Explication de la séance suivante, principe de la montante - Descendante</p>
<p>Séance 9 <i>Evaluation finale</i></p>	<p>Evaluation puis Montante - descendante</p>				
<p>Séance 10 <i>Tournoi</i></p>	<p>Tournoi intra-classe ou interclasse</p>				

IV- Recommandations afin de faciliter le déroulement de l'activité

1. **L'enseignant de l'Éducation Nationale reste le responsable pédagogique de sa classe.** Par conséquent, sa présence est obligatoire tout au long de la séance et du module. En cas d'absence d'un des éducateurs sportifs, la séance est maintenue.
2. **Le projet « Tennis »** est le résultat d'un partenariat. Il mobilise de nombreux moyens pour chaque créneau. Si très exceptionnellement, vous ne pouvez vous rendre au complexe Henri Burg, contactez la Direction des Sports afin que la classe précédente ou suivante puisse bénéficier d'un créneau plus large.

Numéro de la Direction des Sports : 01.34.23.44.85.

3. **La main courante** est à viser par l'enseignant à chaque séance afin d'établir des statistiques de fréquentation (1 feuille à signer).

➤ 1 feuille d'émargement destinée au service des sports : Nombre d'enfants sur place

4. Vestiaires

- L'arrivée doit se faire dans le calme
- Les enfants rangés deux par deux
- L'enseignant placé devant le groupe

5. Equipement : le Tennis nécessite une tenue adaptée :

- Vêtements de sports
- Chaussures de sports
- Pas de port de bijoux durant les séances

V- CONTENU PEDAGOGIQUE ET SITUATIONS

1 / Historique	15
2 / Définition de l'activité.....	16
3 / L'Etiquette « Tennis »	18
4 / Lexique.....	18
5 / La sécurité en Tennis	20
6 / Règlement simplifié du tennis.....	20
7 / Les techniques	21
8 / Les caractéristiques du joueur	30
9 / Les situations pédagogiques	32
10 / Evaluation – grille d'évaluation	52
11 / Bilan par classe	55
12 / Diplôme	57

1. Historique

Les origines de la pratique du Tennis

Le tennis est une adaptation anglaise du jeu de paume et plus particulièrement d'un jeu provençal ('**tenes**' signifiant «tiens» en provençal, avertissement que l'on dit à l'adversaire avant la mise en jeu). La première mise en jeu s'effectuant à quinze pas, puis trente, puis quarante, d'où la façon particulière de compter les points dans le tennis moderne. À la suite de la bataille d'Azincourt (1415), le duc d'Orléans est emprisonné pendant deux décennies en Angleterre. À l'occasion de cette captivité à Wingfield dans le comté de Norfolk, le duc introduit en Angleterre le jeu de paume qu'il pratique presque quotidiennement.

Le tennis est né selon les sources entre 1858 et 1870 soit plus de quatre siècles plus tard. En 1858 le major Harry Gem esquisse une sorte de court de tennis sur le gazon de sa propriété : il joue un jeu assez similaire au tennis actuel. Vers 1863 le Major Walter Clopton Wingfield, le descendant du châtelain de Wingfield, pratique aussi une sorte de tennis dans sa résidence à Londres. Vers 1869 dans le Warwickshire, Harry Gem et son ami espagnol Augurio Perera expérimentent une nouvelle version du jeu qu'ils appelèrent d'abord *pelota* puis plus tard *lawn rackets*. Gem, Perera, Frederic Haynes et Arthur Tomkin forment un club à Leamington : c'est le premier club de *lawn tennis* du monde. C'est donc probablement Harry Gem qui a inventé le « tennis moderne » (issu du jeu de paume français) mais c'est Wingfield qui est passé à la postérité car il a commercialisé ce sport sous le nom de « Sphairistike » le 23 février 1874 mais il ne l'a pas inventé comme la légende le prétend. Le sphairistike est la conséquence du jeu de paume et de l'invention du caoutchouc qui permet de réaliser des balles pouvant rebondir sur l'herbe. C'est le *chaînon manquant* entre le jeu de paume et le tennis.

Les 1^{er} tournois en Angleterre et en France

Le tennis en Angleterre a d'ailleurs pour nom *Lawn Tennis* (tennis sur herbe en anglais) tandis que le jeu de paume est désigné sous le nom *Real Tennis* (vrai tennis). Le mot « tennis » lui-même provient de l'avertissement « Tiens ! », en provençal '**tenes**' que criait à son adversaire le lanceur de balle au départ d'un échange au jeu de paume. Quand les Anglais empruntèrent le jeu de paume et sa terminologie, ils entendirent « Tenes », d'où « tennis ».

Il semble que le premier tournoi de tennis ait eut lieu en août 1876 sur un court aménagé dans la propriété de M. William Appleton à Nahant dans le Massachusetts et remporté par James Dwight. Suit le Tournoi de Wimbledon en 1877 du 9 au 16 (ou 19) juillet, futur Internationaux amateurs de Grande-Bretagne, qui est donc le plus vieux tournoi encore existant.

La France, jadis terre d'élection par excellence du jeu de paume, n'attend pas longtemps pour succomber aux charmes du tennis promu par Wimbledon. Dès 1878, le premier club de tennis est fondé en France à Dinard, en Bretagne. Dans le même temps, les premières parties ont lieu en Australie.

Plus tard est créé en 1891 le Championnat de France de tennis qui devient véritablement international en 1925 sous le nom « Internationaux de France de Tennis ».

2. Définition de l'activité

But du jeu :

Le joueur doit défendre son propre terrain et attaquer le terrain adverse (dans une même frappe) en déséquilibrant son adversaire pour marquer le point.

Logique interne :

Activité duelle de débat médiée par une balle où, sur deux espaces séparés par un filet, il s'agit dans une même frappe, effectuée avec une raquette, de défendre son terrain et d'attaquer le camp adverse dans le but de gagner la confrontation en provoquant le non renvoi de la balle dans son propre camp.

Les sports de raquettes sont des activités d'opposition individuelle. Le problème fondamental posé à chacun des joueurs est de produire des trajectoires pour créer chez l'adversaire de l'incertitude et limiter la sienne.

Il y a 3 types d'incertitudes :

- **Evènementielle** : Quel coup va jouer mon adversaire ? Quel coup vais-je jouer ?
- **Spatiale** : où va jouer mon adversaire ? Où vais-je jouer ?
- **Temporelle** : à quel vitesse la balle va arriver ? Quelle puissance dois-je choisir pour répondre ?

En plus des qualités de coordination, d'adresse, d'équilibre et de souplesse qu'elle requiert, l'activité tennis nécessite une maîtrise de soi (calme, réflexion), de la stratégie et du respect des autres joueurs et du terrain.

On joue donc au **Tennis** sur un **court**

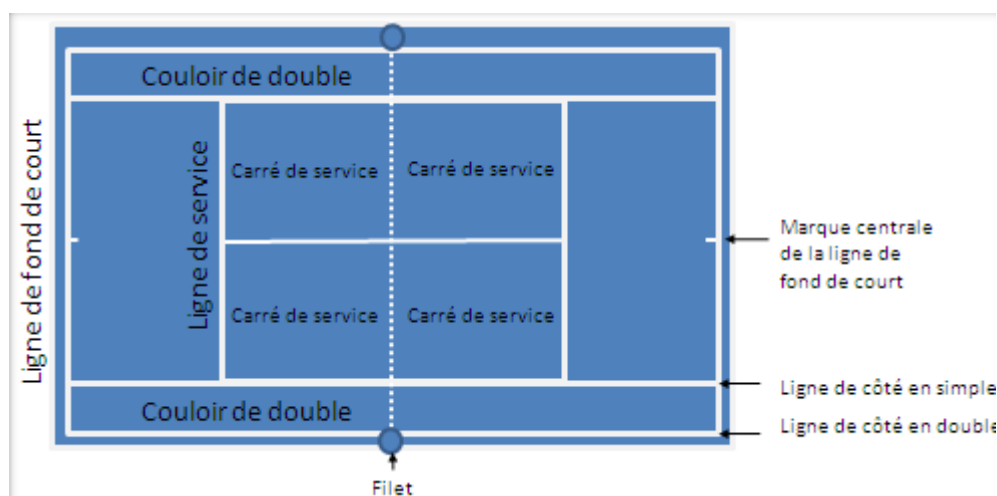
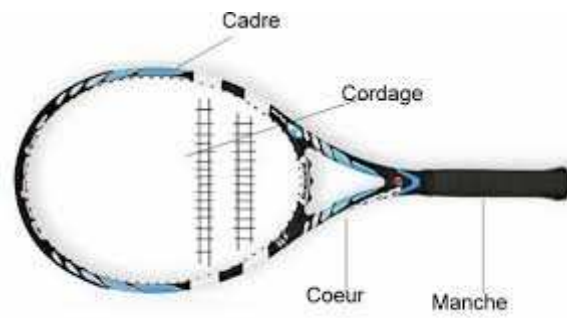


Schéma d'un court de tennis

A l'aide d'une **raquette**



(Le **cordage** s'appelle également le **tamis**)

Schéma d'une raquette

Et d'une **balle**



Schéma d'une balle

3. L'Etiquette « Tennis » ou code de bonne conduite du tennisman

Afin de pratiquer l'activité dans les meilleures conditions, il nous semble nécessaire de mettre en place une « **Etiquette Tennis** » comme elle peut exister dans une autre discipline sportive : le Golf.

Les élèves vont avoir le privilège d'utiliser une infrastructure sportive neuve et moderne. De plus l'activité tennis amène à des règles de savoir-vivre lors des séances et notamment lors des matchs pour le public.

A l'issue du cycle tennis, les élèves doivent être à même de jouer au tennis, de connaître les règles de base de l'activité **mais également avoir un comportement exemplaire durant le match et être capable d'assister à un match tout en respectant le savoir vivre.**

Voici quelques comportements à adopter :

Vis-à-vis de l'infrastructure :

- Je respecte l'installation mis à ma disposition
- Je range correctement mes affaires dans les vestiaires
- Je respecte le matériel
- Je ne laisse pas trainer ma bouteille d'eau dans les vestiaires ou sur le court

Vis-à-vis des autres :

- Je respecte l'encadrement
- Je ne traverse jamais un court pendant un point ou pendant un atelier
- J'accueille mon adversaire poliment
- Je ne conteste pas les décisions arbitrales
- J'apprends à contrôler mes émotions pendant un match
- Je félicite mon adversaire à l'issue de la rencontre
- Je ne parle pas durant un point

Vis-à-vis de moi-même :

- je veille à adopter une bonne alimentation
- je bois régulièrement de l'eau
- je me brosse les dents au moins 2 fois par jour
- je ne néglige pas mon sommeil

4. Lexique

Comme tous les sports, le tennis possède sa propre terminologie :

- **Amorti** : un coup en finesse qui franchit tout juste le filet pour retomber de l'autre côté. Vous jouez un amorti pour forcer l'adversaire à se rendre au filet.
- **Ace** : une balle de service qui marque le point sans que le receveur ne puisse y toucher.
- **Avantage** : lorsque deux joueurs sont à égalité, le point suivant donne un « avantage » à celui qui marque le point. On parle parfois d' « avantage service » ou « d'avantage » selon que le joueur se trouve au service ou à la réception.
- **Break** : initialement, réussir un break signifiait prendre deux jeux d'avance. A présent, on parle de « break » et de « contre break » à chaque fois qu'un joueur prend le jeu de service de son adversaire. On parle de balle(s) de break quand le joueur est à un point de remporter la mise en jeu de son adversaire.

- **Couloir** : l'espace entre la ligne de côté et la ligne de double, de chaque côté du terrain. Le court de double a un largeur supérieur à celui de simple en raison de l'addition des couloirs.
- **Coup croisé** : un coup croisé en coup droit ou en revers envoie la balle à l'opposé du côté duquel la frappe a été réalisée. Un coup droit croisé pour un droitier enverra la balle à sa gauche.
- **Coup décroisé** : un coup décroisé en coup droit ou en revers envoie la balle du côté duquel la frappe a été réalisée. Un coup droit croisé pour un droitier enverra la balle à sa droite.
- **Coup de fond** : un coup fait après le bond de la balle, que ce soit du revers ou du coup droit.
- **Coup droit** : coup effectué du côté de la main qui tient la raquette.
- **Couper** : effet rétro donné à la balle en actionnant sa raquette de haut en bas.
- **Double faute** : le terme désigne deux services ratés consécutivement, sanctionnés par le don d'un point à l'adversaire.
- **Double** : l'affrontement de deux équipes composées de deux joueurs. Le règlement est différent du simple avec notamment l'utilisation des couloirs
- **Double mixte** : l'affrontement de deux équipes composées chacune d'un homme et d'une femme.
- **Echange** : temps de jeu entre le service et la fin du point.
- **Egalité** : score annoncé dans un jeu quand un avantage est détruit ou que les deux joueurs se retrouvent à quarante partout (40-40).
- **Faute** : lors d'un échange, il s'agit d'une balle qui tombe en dehors des lignes, pas dans la surface appropriée.
- **Faute de pied** : le fait de toucher la ligne de fond avec son pied avant le contact de la raquette et de la balle lors du service.
- **Jeu** : un jeu est composé de quatre points : 15, 30, 40 et jeu. Si les deux joueurs comptabilisent chacun 40 points, il faut deux points gagnants d'écart pour remporter un jeu. Un « jeu blanc » est remporté par un joueur sans que son adversaire ait marqué le moindre point.
- **Jeu décisif** : on parle également de « tie break ». Lorsque les deux joueurs ont chacun remporté six jeux, ils disputent un jeu décisif en sept points minimum et au-delà jusqu'à ce qu'un des deux joueurs atteigne deux points d'écart.
- **Let** : Une balle est dite « let » lorsqu'elle touche le filet au service. Si elle tombe néanmoins dans le carré adverse, on peut la rejouer.
- **Lift** : effet spécial donné à la balle au service ou lors d'un échange en fond de court par un geste de raquette de bas en haut au moment de l'impact.
- **Lob** : balle haute qui passe au-dessus du joueur qui s'est aventuré au filet.
- **Manche** : elle est complète lorsqu'un joueur ou une équipe remporte six jeu avec au moins une avance de deux jeux (exemple : 6-2, 6-4, 7-5). On dit également « set ».
- **Out** : littéralement : dehors. Se dit pour toutes les balles qui sortent des limites du court.
- **Passing shot** : un coup droit ou revers que ne peut rejoindre l'adversaire quand il se trouve au filet.
- **Prise** : position des mains sur le manche de la raquette. Elle peut être ouverte, fermée, neutre ou encore à deux mains.
- **Relanceur** : désigne dans une partie celui qui reçoit le service de l'adversaire.
- **Revers** : coup effectué du côté opposé de la main qui tient la raquette.
- **Service** : un coup exécuté du côté opposé de la main qui tient la raquette.
- **Service volé** : aussitôt son engagement effectué, le serveur monte au filet afin de reprendre de volée le retour de son adversaire.
- **Simple** : l'affrontement de deux joueurs lors d'un match.

- **Smash** : lorsqu'on se trouve au filet, il s'agit d'un coup frappé au dessus de la tête, avant ou après le rebond, permettant de rabattre violemment la balle dans le côté adverse du court.
- **Slice** : effet de rotation donnée à la balle au service et dans l'échange en fond de court afin de modifier sa trajectoire dans les airs et après rebond.
- **Tête de raquette** : la partie de la raquette qui comprend le tamis (cordage) et le cadre par opposition au manche de la raquette.
- **Volée** : une volée est un coup frappé avant le bond de la balle, généralement quand on se trouve au filet.
- **La demi-volée** : c'est un coup effectué dès que la balle a touché le sol. L'expression « monter à la volée » désigne quant à elle une avancée d'un des deux joueurs sur le terrain.

5. La sécurité en Tennis

L'activité tennis peut comporter des risques si des règles simples ne sont pas respectées.

Les élèves devront faire attention à :

- **Utiliser leur raquette uniquement** durant **les ateliers et les matchs**
- Lors des ateliers, **vérifier** que personne ne se situe **derrière lui** afin d'éviter de lui mettre un coup de raquette
- Ne pas se **placer derrière** une personne qui réalise un atelier, rester en **zone de sécurité**
- Ne jamais **traverser** un atelier ou un match
- Ne pas **lâcher** ma raquette
- Se **concentrer** afin de ne pas **viser** n'importe où et risquer de blesser les autres.

6. Règlement simplifié du tennis

Voici le règlement simplifié que nous utiliserons lors des matchs durant les séances

- On détermine par un **tirage au sort** l'élève qui sert **en premier**
- Je peux servir **soit de derrière la ligne, soit de mon terrain**
- J'effectue mon service en « **cuillère** »
- J'ai le droit à **2 chances**
- Pour être **bonne**, la balle doit **passer au dessus du filet** et **rebondir** dans le **carré adverse**
- Si la balle touche le filet, « **let** », j'ai une **deuxième chance**
- On change de serveur à **chaque point**
- Je **marque un point** :
 - lorsque j'envoie **la balle dans le carré de mon adversaire sans qu'il la renvoie**
 - lorsque mon adversaire **rate son service**
 - lorsque mon adversaire **renvoie la balle hors des limites du terrain**
 - si mon **adversaire touche le filet**

En tennis, pour **marquer un jeu**, il faut marquer **4 points** (15, 30, 40 et jeu). Afin de simplifier l'activité nous compterons les points de la manière suivante : **1, 2, 3, 4, 5**, etc.

7. Les Techniques

❖ Les prises de raquette

Le manche d'une raquette de tennis a une forme octogonale car cela permet une meilleure tenue de la raquette de tennis dans la main mais également de retrouver rapidement la prise adéquate par le « toucher ».

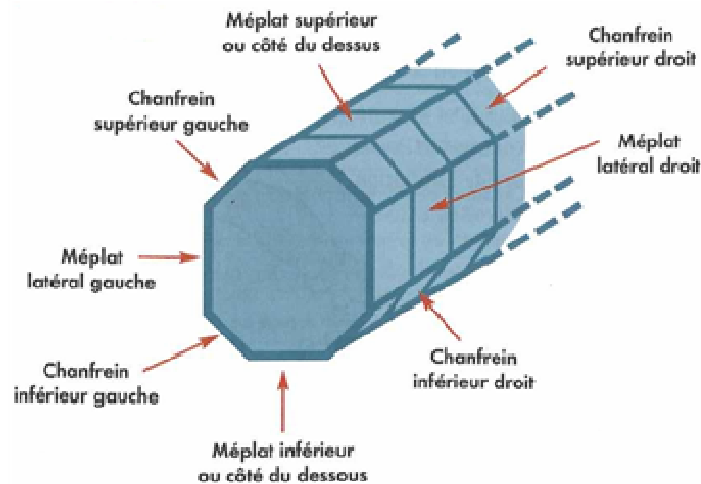
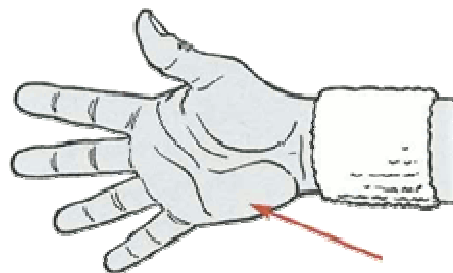


Schéma d'un manche de raquette

La forme octogonale permet d'éviter le glissement de la raquette de tennis dans la main au moment de l'impact avec la balle lors d'un coup droit, d'un revers ou du service. Le manche de la raquette de tennis s'appelle "**grip**". Afin d'améliorer la tenue de la raquette, on entoure le grip de la raquette avec un "*sur-grip*" qui n'est autre qu'un ruban adhésif d'un côté (côté manche) et très "accrochant" de l'autre (côté main). Cela évite notamment de lâcher sa raquette après un coup droit ou un service.

Nous prendrons comme référence pour les différentes prises : l'**éminence hypothénar**.



Eminence hypothénar

Nous allons voir les différents types de prise de raquette mais d'un point de vue pédagogique, nous utiliserons uniquement la prise « **marteau** ».

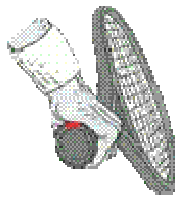
➤ **Prise dite « marteau » : prise droite**

Elle est la plus connue car la plus ancienne. Son nom vient du fait que le joueur tient sa raquette comme si il souhaitait enfoncer un clou avec le cadre de sa raquette de tennis.

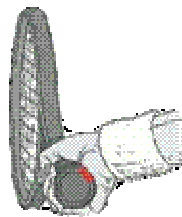


Prise marteau

➤ **La prise continentale**



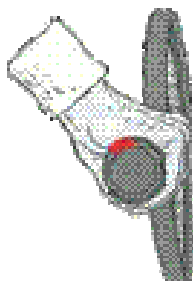
➤ **La prise semi-fermée de coup droit**



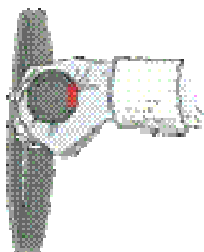
➤ **La prise fermée de coup droit**



➤ **La prise semi-fermée de revers**



➤ **La prise fermée de revers**



❖ ***La position d'attente***

En position d'attente, on se trouve face au filet en soutenant de la main libre le manche de sa raquette tenue à la hauteur de bassin. Jambes fléchies sur l'avant des pieds, on se tient prêt à bondir en sautillant pour couper la trajectoire de la balle au moment le plus opportun.

❖ Les appuis

➤ Appuis en ligne

Ce sont les appuis les plus classiques et les plus simples du tennis. Ce sont ceux qui sont enseignés en premier.

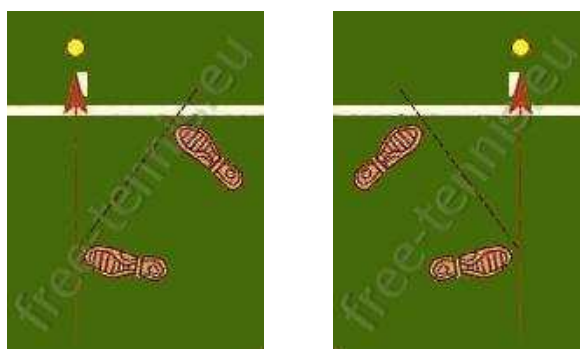


Appui en ligne revers Appui en ligne coup droit

Récapitulons : Pour faire un coup droit, on met le pied gauche en avant et pour faire un revers, on met le pied droit en avant. Le pied arrière est placé de sorte que son alignement avec le pied avant est parallèle aux lignes de couloir. **Le poids du corps doit être sur le pied avant.** C'est ce qui permet ensuite de frapper en avançant et non pas en reculant (poids du corps alors sur la jambe arrière).

➤ Appuis ouverts

Les appuis ouverts consistent à orienter l'axe de ses pieds de sorte que le buste du joueur se retrouve de plus en plus face au filet.



Appuis revers ouverts Appuis coup droit ouverts

Cette position des pieds permet de plus facilement **croiser sa balle**. L'**axe des pieds** est en effet **orienté** selon la **direction de la balle**. De même que pour les appuis en ligne, le **poids du corps doit être sur la jambe avant**.

❖ **Le coup droit**

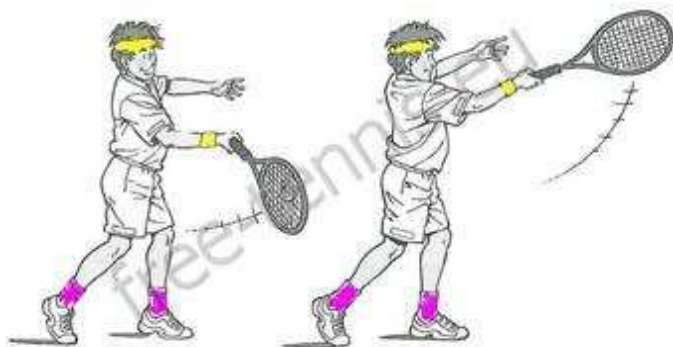
Même si certains joueurs adoptent une position faciale qui favorise la puissance du coup et l'effet de lift, on se place de profil à la balle. Le pied gauche légèrement avancé, on arme le geste. Les deux épaules pivotent vers l'arrière tout en prenant fermement appui des deux pieds sur le sol.

Au moment de frapper, on change brutalement le sens de rotation des épaules tout en portant le poids du corps vers l'avant. Le bras est presque tendu, le poignet parfaitement solide.

L'effet qui sera imprimé à la balle dépend alors de la prise de raquette. Les lifteurs utilisent une prise fermée, c'est-à-dire qu'ils tournent légèrement leur raquette dans la main dans le sens d'un dévissage de la fermeture d'un robinet.

Pour les débutants

Commencer par une préparation précoce derrière et en bas. Proscrire les prises extrêmes, notamment les prises « **marteau** ». Insister pour que le plan de frappe se situe devant les pieds et à hauteur de hanche. On demandera donc à l'élève de frapper, au début, des balles essentiellement croisées.



La frappe et l'accompagnement en coup droit



Le coup droit d'attaque face



Le coup droit en avançant

❖ **Le revers**

Les règles de déplacement en revers sont les mêmes qu'en coup droit. La différence est qu'on termine avec l'autre pied devant et que l'on tourne les épaules dans l'autre sens.

Le geste ne pose pas de difficulté particulière, excepté pour la prise de raquette. Pour ce geste, on change le sens de rotation en posant la paume de la main au dessus du manche et en jouant ensuite avec le poignet afin d'imprimer un effet à la balle.

Autre particularité du geste, les joueurs se partagent entre ceux qui jouent leur revers à une main et ceux qui saisissent la raquette à deux mains :

- dans le premier cas, on possède un toucher plus fin, un panel technique plus large et une meilleur allonge ce qui permet de rattraper des balles plus difficiles
- Dans le deuxième cas, le revers à deux mains offre une meilleure prise de balle, il permet surtout de jouer plus haut et de compenser un éventuel manque de puissance physique.

Pour les débutants

Le principal objectif est d'obtenir un poignet solide lors de la frappe, c'est pourquoi nous privilégions le revers à deux mains qui permet d'attaquer en gardant une prise ferme lors de la frappe.

Les deux mains sont serrées l'une à côté de l'autre, la prise en bout de raquette. Généralement, la première main est en prise « **marteau** » et la seconde située en dessous en prise « **eastern** ».

La préparation du revers s'effectue de profil, la tête de la raquette bien en arrière et en bas. Il faut insister sur le travail de la main gauche lors de la frappe, en tournant le buste avec passage de la hanche gauche vers l'avant (pour un droitier).

La prise de balle s'effectue devant soi, avec une frappe ferme et un bon relâchement lors de l'accompagnement.



Le revers

❖ **Le service**

Travail en trois phases :

- **dans la 1^{ère} phase** : faire débiter le jeune de face, raquette dans le dos avec frappe de la balle devant et en haut.
- **Dans la 2^{ème} phase** : demander à l'élève de débiter de profil. Lui faire effectuer un mouvement de balancier avec le bras qui naturellement amènera la raquette loin derrière, au niveau du bas du dos, ensuite l'élève lance et frappe la balle.
- **Dans la 3^{ème} phase** : après plusieurs essais, l'élève devra effectuer le mouvement en l'enchaînant dans sa globalité.

Il est d'ailleurs indispensable d'insister sur la réalisation naturelle du service dans sa globalité, avant de s'attarder sur la prise de la raquette.

Accepter provisoirement, si nécessaire, une prise de coup droit à la place de la prise « **marteau** ». Il faut cependant veiller à bien dissocier le mouvement des deux bras afin qu'ils ne passent pas simultanément devant le corps.

Une règle est fondamentale : la qualité du service sera dépendante du lancer de balle.

Enfin veiller à ce que le bassin ne soit pas bloqué et qu'il pivote bien vers l'avant. En cas de résistance, faire effectuer un pas vers l'avant après la frappe.



Le service

❖ **La volée**

La raquette se trouve toujours en hauteur et devant soi. Le corps est positionné face au filet, les jambes fléchies et les bras légèrement pliés.

Au niveau du jeu de jambe, il est primordial d'enseigner au joueur de réaliser un double appui au moment où le partenaire frappe la balle.

L'élève se trouvera ainsi prêt à réagir et à se déplacer dans toutes les directions en fonction de la trajectoire de la balle. Le joueur se tient à 2-3 mètres du filet pour effectuer un petit saut vers l'avant lorsqu'il frappe la balle. Cela favorise le transfert du corps vers l'avant, et par conséquent, la puissance donnée à la volée.

La balle est frappée énergiquement avec un geste ample.

Nous précisons qu'il est possible, pour les débutants, de leur faire effectuer la volée de revers avec une prise à deux mains.



La position d'attente de volée

❖ **Le smash**

Ce mouvement ressemble beaucoup à celui du service. La prise de raquette est identique c'est-à-dire prise « **marteau** ».

Pour les débutants :

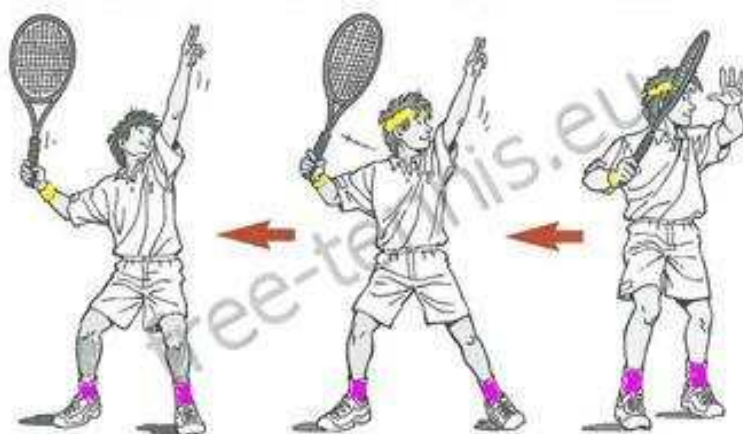
La préparation débute directement avec la raquette derrière le bas du dos, coude à l'horizontale. La difficulté consiste à se présenter de profil par rapport à la balle et perpendiculairement par rapport au filet et à déclencher le geste au bon moment.

Pour s'aider, on suit non seulement la balle avec les yeux mais aussi avec la main libre comme si on indiquait le futur point d'impact. C'est une façon de se placer toujours au bon endroit.

Pour aider l'élève à y parvenir, on peut mettre des cibles à atteindre dans les carrés de service.

En ce qui concerne le jeu de jambe, il est important de veiller à ce que l'enfant ne réalise pas son smash en partant de face. Il risquerait, en effet, de tomber sur les poignets en raison d'un déséquilibre.

Il est donc impératif d'apprendre à l'élève comment bien se déplacer vers l'arrière pour ajuster son smash.



Placement au smash

8. Les caractéristiques du joueur

Caractéristiques du niveau 1 → débutant

Intentions	<ul style="list-style-type: none"> - veut faire coïncider un mobile (la balle) avec un autre mobile (la raquette) - privilégie la force à la précision (vitesse de la balle) lorsqu'il la frappe
Mise en jeu	<ul style="list-style-type: none"> - à la cuillère, avec ou sans rebond préalable
Prise d'information	<ul style="list-style-type: none"> - très limitée par la quantité d'informations prises en compte - tardive - seul le rebond de la balle est significatif, le joueur se précipite à l'endroit du rebond - l'adversaire n'est pas pris en compte, seule la balle est importante
Prise de décision	<ul style="list-style-type: none"> - envoie la balle au centre de la cible en évitant le filet (ne tient pas compte de l'adversaire dans ses choix tactiques) - se débarrasse de la balle dans un geste explosif
Prise de raquette/ Placement par rapport à la raquette	<ul style="list-style-type: none"> - prise très fermée du coup droit et face à l'objectif à atteindre (mouvement pendulaire) et manque de dissociation des ceintures (haut du corps – bas du corps) - la mise à distance à l'impact est aléatoire et imprécise - le coup droit est privilégié, il y a peu, voire pas de revers - pour certains, on peut observer un début de revers à 2 mains par manque de force et/ou si la raquette n'est pas adaptée à la morphologie de l'enfant
Déplacement et défense de son terrain	<ul style="list-style-type: none"> - des courses vers l'avant dans l'urgence presque exclusivement (ne recule que très rarement et souvent avec perte d'équilibre) - pas ou peu de remplacement car le joueur reste spectateur de sa production - pas d'anticipation, ni de représentation future pour assurer la continuité lors de l'échange
Espace cible	<ul style="list-style-type: none"> - cherche à éviter (le filet) pour atteindre le centre de la cible (balles en cloche au centre du terrain adverse)

Caractéristiques du niveau 2 → débrouillé

Intentions	<ul style="list-style-type: none"> - l'essentiel est de renvoyer la balle pour assurer la continuité du jeu. Lorsque l'espace est réduit et que le joueur a du temps, il peut y avoir des tentatives de frappe en débordements - l'objectif essentiel est de ne pas faire la faute : <i>par rapport au filet</i> : réalise des balles hautes <i>par rapport aux lignes</i> : vise une cible se trouvant au centre du terrain
Mise en jeu	<ul style="list-style-type: none"> - à la cuillère, de façon irrégulière, cherche la précision (la balle manque de vitesse) - lorsque le joueur réalise un service au dessus de la tête, frappe mono – articulaire (action du coude uniquement) par extension du bras vers l'avant + la précision est privilégiée.
Prise d'information	<ul style="list-style-type: none"> - limitée à la trajectoire de balle et peu sur la position de l'adversaire - le rebond de la balle est significatif, le joueur s'y rend en priorité
Prise de décision	<ul style="list-style-type: none"> - pas judicieuse au regard des possibilités dans les choix de trajectoires produites - les directions, vitesses, hauteurs, et longueurs ne sont pas toujours en adéquation avec la situation - Les effets ne sont produits et utilisés qu'involontairement et mal exploités.
Prise de raquette/ Placement par rapport à la raquette	<ul style="list-style-type: none"> - les prises sont peu différenciées (pas de relation entre la prise et le coup à effectuer) - début de décentration et de mise à distance par rapport à la trajectoire de la balle pour permettre les frappes + fortes - début de préparation plus ample pour augmenter la vitesse de la balle (prise d'élan raquette) - changement de prise épisodique, cela dépend du temps que le joueur dispose pour effectuer son coup - le coup droit est encore privilégié
Déplacement et défense de son terrain	<ul style="list-style-type: none"> - les courses vers l'avant sont privilégiées car le joueur est encore attiré par l'objet à frapper - départs encore tardifs - rupture du rythme dans l'enchaînement des déplacements et replacements - manque d'équilibre à l'impact car il y a un mauvais ajustement avant la frappe - saut à l'impact car la mise à distance est trop faible et mal ajustée
Espace cible	<ul style="list-style-type: none"> - ne tient pas encore compte de la position de l'adversaire dans ses choix tactiques - cherche encore à faire retomber la balle au centre de la cible adverse (loin des lignes et de l'obstacle vertical)

9. Les situations pédagogiques

Jonglerie

Objectif de la tâche

Découverte de la raquette et de la balle.

But

Faire rebondir la balle le maximum de fois sur la raquette.

Organisation matérielle

- 1 court de tennis
- 24 raquettes
- 24 balles

Consignes

- Vous devez faire rebondir la balle le maximum de fois sur votre raquette sans vous déplacez.
- Lorsque la balle tombe par terre, je repars à 0.
- Je ne cours pas dans tous les sens, je risque de me blesser et/ou de blesser un camarade.

Variantes

- Laisser un rebond au sol
- Jongler en revers
- Faire rebondir la balle sur le sol
- Réaliser le maximum de jongles en une 1'

Le requin

Objectif de la tâche

Lancer précis.

But

Lancer avec précision en direction du ballon pour qu'il atteigne le camp adverse.

Organisation matérielle

- 2 équipes de 6 joueurs sur un demi-terrain de tennis
- 24 balles molles (mini-cool)
- 1 ballon léger (ballon paille)

Consignes

Vous devez faire avancer le requin (le ballon léger) vers la plage (le couloir de double) de l'équipe adverse en le percutant avec des balles que l'on lance.

Variantes

- Limiter le temps si le ballon n'atteint pas la plage avant 2 minutes.
- L'équipe la plus proche de la plage adverse aura gagné.

Les balles brûlantes

Objectif de la tâche

Développer l'adresse en participant à un jeu collectif.

But

Débarrasser son camp des balles en les lançant dans l'autre camp.

Organisation matérielle

- 1 court de tennis
- 48 balles mousses
- 2 équipes

Consignes

Vous devez vider rapidement votre camp en lançant les balles par-dessus le filet dans le camp adverse.

Variantes

- Taille du terrain
- Hauteur du filet
- Nombre de joueurs
- Nombre de balles
- Temps limité
- Utilisation de la raquette

« 1, 2, 3 soleil »

Objectif de la tâche

Se déplacer et s'équilibrer.

But

Se déplacer jusqu'au soleil sans faire tomber sa balle.

Organisation matérielle

- ½ court de tennis
- 24 balles.
- 24 raquettes

Consignes

Vous devez vous déplacer jusqu'au soleil. Le soleil compte 1, 2, 3 et à soleil il se retourne. Lorsqu'il se retourne, vous devez être immobile.

Variantes

- Taille du terrain
- Nombre d'appuis à l'arrêt
- Jonglerie

La forêt

Objectif de la tâche

Lancer dans une zone précise.

But

Lancer avec précision en direction des arbres (raquettes en équilibre sur leur manche). Les raquettes sont regroupées en forêt.

Organisation matérielle

- 2 équipes de 6
- ½ court
- 12 balles
- 1 raquette par joueur (chaque joueur plante un arbre)

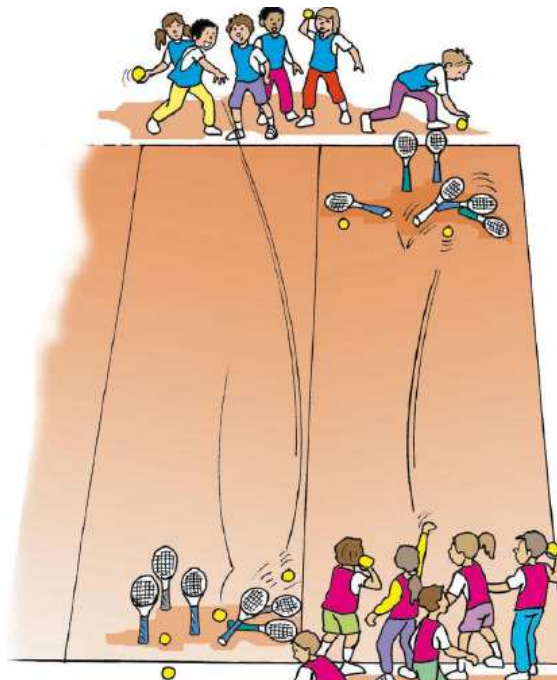
Consignes

Vous devez faire tomber tous les arbres de l'équipe adverse.

Variantes

- Faire rouler la balle
- Lancer à bras cassé
- Lancer du bas vers le haut (coup droit)
- Lancer avec un freebee en mousse (revers)
- Lancer de côté à 2 mains

Illustration



Hockey Tennis

Objectif de la tâche

Maîtriser la trajectoire de la balle pour pouvoir la frapper dans une direction choisie.

But

Marquer des buts à son adversaire en frappant la balle à terre avec la raquette.

Organisation matérielle

- 4 plots pour les buts (largeur 3m)
- 2 équipes de 3 joueurs
- 1 ballon paille
- 6 raquette ou Pom'do

Consignes

Vous devez marquer un but à l'équipe adverse en frappant la balle au sol avant la ligne médiane.

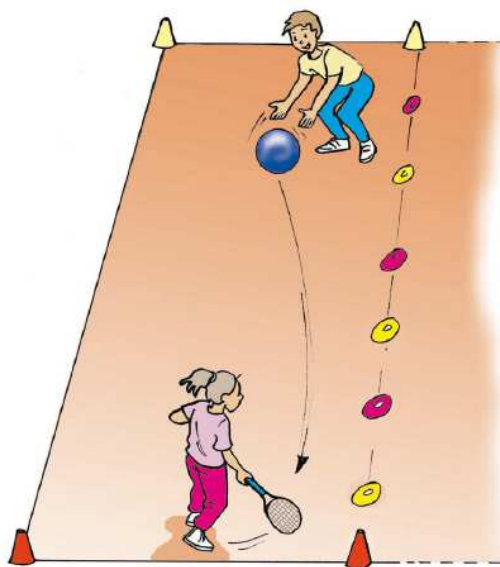
Critère de réussite

Gagner au moins 1 manche.

Variante

Autoriser l'arrêt de la balle avant la frappe.

Illustration



Passé à 5

Objectif de la tâche

Maîtriser la trajectoire de la balle.

But

Lancer avec précision en direction d'un camarade et rattraper une balle après rebond.

Organisation matérielle

- 2 équipes de 3 joueurs
- 1 ballon de handball
- 2 jeux de chasubles

Consignes

L'équipe en possession de la balle doit réaliser 5 passes pour marquer un point. L'autre équipe doit empêcher la circulation de la balle et tenter de l'intercepter après le rebond.

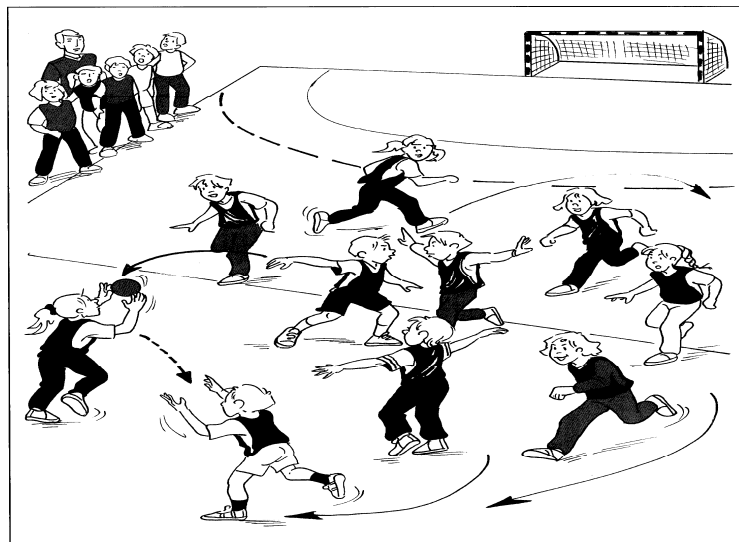
Critère de réussite

Réaliser au moins 1 fois 5 passes consécutives

Variantes

- Nombre de joueurs
- Taille de la balle
- Choix d'un bras pour la réception et de l'autre pour le lancer

Illustration



Le relais

Objectif de la tâche

Se déplacer le plus rapidement possible selon une trajectoire définie dans un espace limité.

But

Etre la première équipe à avoir reconstitué sa position de départ.

Organisation matérielle

- 2 plots
- 2 raquettes
- 2 balles

Consignes

Au signal, le premier joueur de chaque équipe doit effectuer le parcours, puis passer le témoin c'est à dire la raquette et la balle au second joueur qui part à son tour puis va se placer en fin de colonne.

L'équipe gagnante est celle qui a reconstitué la première sa position initiale.

Critère de réussite

Gagner au moins 1 manche.

Variantes

- Déplacement avec rebonds sur le tamis de la raquette
- Déplacement en poussant la balle au sol avec la raquette
- Déplacement avec rebonds au sol

Le relais déménageur

Objectif de la tâche

Se déplacer le plus rapidement possible selon une trajectoire définie dans un espace limité.

But

Transporter le plus vite possible les balles du premier au dernier cerceau.

Organisation matérielle

- 8 cerceaux
- 2 raquettes
- 10 à 20 balles

Consignes

Chaque joueur est placé à côté d'un cerceau.

Au signal, le premier joueur commence « le déménagement » en transportant la première balle de la réserve à son cerceau.

Chaque joueur ne peut transporter qu'une balle à la fois et commence dès qu'une balle est dans son cerceau.

Les déplacements doivent se faire balle sur le tamis de la raquette.

L'équipe gagnante est celle qui aura transporté la première toutes ses balles dans le dernier cerceau.

Critère de réussite

Gagner au moins 1 manche.

Variantes

- Déplacement avec rebonds sur le tamis de la raquette

- Déplacement en poussant la balle au sol avec la raquette
- Déplacement avec rebonds
- Organiser une course en aller-retour

Le record d'échange

Objectif de la tâche

Lire et maîtriser les trajectoires, renvoyer la balle vers mon partenaire.

But

Lancer et renvoyer la balle vers son partenaire.

Organisation matérielle

- 6 terrains sur 2 ½ terrains de tennis
- 12 raquettes / 6 balles

Consignes

Vous devez réaliser le maximum d'échanges possibles.

Critère de réussite

Réaliser au moins 6 échanges.

Le relais

Objectif de la tâche

Se déplacer le plus rapidement possible selon une trajectoire définie dans un espace limité.

But

Etre la première équipe à avoir reconstitué sa position de départ.

Organisation matérielle

- 2 plots
- 2 raquettes
- 2 balles

Consignes

Au signal, le premier joueur de chaque équipe doit effectuer le parcours, puis passer le témoin c'est à dire la raquette et la balle au second joueur qui part à son tour puis va se placer en fin de colonne.

L'équipe gagnante est celle qui a reconstitué la première sa position initiale.

Critère de réussite

Gagner au moins 1 manche.

Variantes

- Déplacement avec rebonds sur le tamis de la raquette
- Déplacement en poussant la balle au sol avec la raquette
- Déplacement avec rebonds au sol

Le relais déménageur

Objectif de la tâche

Se déplacer le plus rapidement possible selon une trajectoire définie dans un espace limité.

But

Transporter le plus vite possible les balles du premier au dernier cerceau.

Organisation matérielle

- 8 cerceaux
- 2 raquettes
- 10 à 20 balles

Consignes

Chaque joueur est placé à côté d'un cerceau.

Au signal, le premier joueur commence « le déménagement » en transportant la première balle de la réserve à son cerceau.

Chaque joueur ne peut transporter qu'une balle à la fois et commence dès qu'une balle est dans son cerceau.

Les déplacements doivent se faire balle sur le tamis de la raquette.

L'équipe gagnante est celle qui aura transporté la première toutes ses balles dans le dernier cerceau.

Critère de réussite

Gagner au moins 1 manche.

Variantes

- Déplacement avec rebond sur le tamis de la raquette
- Déplacement en poussant la balle au sol avec la raquette
- Déplacement avec rebond
- Organiser une course en aller-retour

Le parcours

Objectif de la tâche

Se déplacer le plus rapidement possible selon une trajectoire définie dans un espace limité.

But

Réaliser le parcours le plus rapidement possible en respectant l'espace de course.

Organisation matérielle

- 7 plots
- 6 cerceaux
- Placer le parcours à 40 cm de la ligne de couloir

Consignes

Vous devez effectuer le parcours le plus rapidement possible sans toucher les plots et les lignes de couloir.

Critère de réussite

Temps du parcours.

Variantes

- Par équipe, en relais
- Formes de déplacement : pas chassés en arrière, en alternance

Le parcours bis

Objectif de la tâche

Se déplacer le plus rapidement possible selon une trajectoire définie dans un espace limité.

But

Réaliser le parcours à l'aide d'une balle et d'une raquette le plus rapidement possible en respectant l'espace de course.

Organisation matérielle

- 7 plots
- 6 cerceaux
- 8 balles / 8 raquettes
- Placer le parcours à 40 cm de la ligne de couloir

Consignes

Vous devez effectuer le parcours le plus rapidement possible sans toucher les plots et les lignes de couloir en ayant la balle en équilibre sur la raquette.

Critère de réussite

Temps du parcours

Variantes

- Par équipe, en relais
- Formes de déplacement : pas chassés en arrière, en alternance

Le parcours lancé

Objectif de la tâche

Se déplacer le plus rapidement possible selon une trajectoire définie dans un espace limité.

But

Réaliser le parcours le plus rapidement possible en respectant l'espace de course puis lancer la balle contre le mur.

Organisation matérielle

- 8 plots
- 12 cerceaux
- 8 balles

Consignes

Vous devez effectuer le parcours le plus rapidement possible puis envoyer la balle contre le mur en lancé bras cassé puis la réceptionner.

Critère de réussite

Temps du parcours.

Variantes

- Par équipe, en relais
- Finir par un service en cuillère
- Formes de déplacement : pas chassés en arrière, en alternance

Le parcours lancé bis

Objectif de la tâche

Se déplacer le plus rapidement possible selon une trajectoire définie dans un espace limité.

But

Réaliser le parcours à l'aide d'une balle et d'une raquette le plus rapidement possible en respectant l'espace de course puis lancer la balle contre le mur.

Organisation matérielle

- 8 plots
- 12 cerceaux
- 8 balles / 8 raquettes

Consignes

Vous devez effectuer le parcours le plus rapidement possible puis envoyer la balle contre le mur en service cuillère puis la réceptionner.

Critère de réussite

Temps du parcours.

Variantes

- Par équipe, en relais
- Formes de déplacement : pas chassés en arrière, en alternance

Jeu de l'étoile

Objectif de la tâche

Se déplacer et se replacer dans toutes les directions.

But

Ramasser les balles et les déposer dans un seau.

Organisation matérielle

- 5 balles disposées en étoiles.
- 1 seau
- 1 chronomètre
- 1 joueur ou 1 équipe en relais

Consignes

Vous devez ramasser les 5 balles, l'une après l'autre, et les ramener dans un seau placé au milieu de la ligne de fond de court le plus rapidement possible.

Vous devez effectuer des déplacements en étoile :

- pas chassés après les déplacements latéraux
- en avançant pour aller du seau à chaque balle
- en revenant face au filet pour aller de chaque balle placée devant au seau
- flexion des jambes pour ramasser la balle
- dans le sens des aiguilles d'une montre

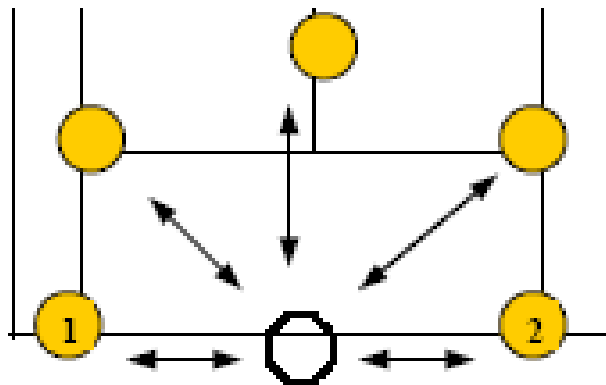
Critère de réussite

Temps effectué.

Variantes

- Par équipe, en relais
- Nombre de balle
- Distance à parcourir

Illustration



Le chef d'orchestre

Objectif de la tâche

Se déplacer dans toutes les directions en fonction d'un signal donné visuel ou sonore.

But

Ramasser les balles et les déposer dans un seau le plus rapidement possible.

Organisation matérielle

- 5 balles disposées en étoiles sur 5 plots de différentes couleurs
- 1 seau
- 1 chronomètre

Consignes

Vous devez ramasser une balle posée sur le plot de la couleur montrée par le chef d'orchestre jusqu'à toutes les balles soient ramassées.

Vous devez vous déplacer en :

- Pas chassés après les déplacements latéraux
- En avançant et en reculant
- Flexion des jambes pour ramasser la balle

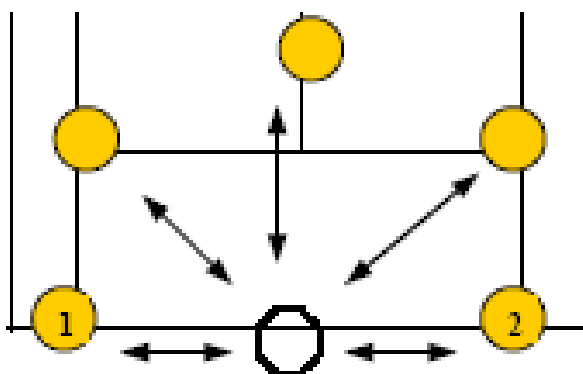
Critère de réussite

Temps effectué.

Variantes

- Le chef d'orchestre annonce la couleur du plot choisi
- Le chef d'orchestre commence 2 joueurs en compétition (faire 2 parcours face à face)

Illustration



La balle au bond

Objectif de la tâche

Lire et maîtriser les trajectoires.

But

Attraper la balle après un rebond.

Organisation matérielle

- Bandes de marquage amovibles pour matérialiser la zone du lanceur, les zones de rebond
- 2 plots de couleur différente.
- Position des élèves : le lanceur à 2 m du filet, le joueur à 4 m

Consigne :

Vous devez bloquer la balle après un rebond et la renvoyer à votre partenaire.

Le lanceur doit viser la bande correspondant à la couleur du plot demandée par le joueur en réalisant un lancer style « coup droit », du bas vers le haut, pied gauche devant pour les droitiers.

Alterner joueur et lanceur après 10 lancers.

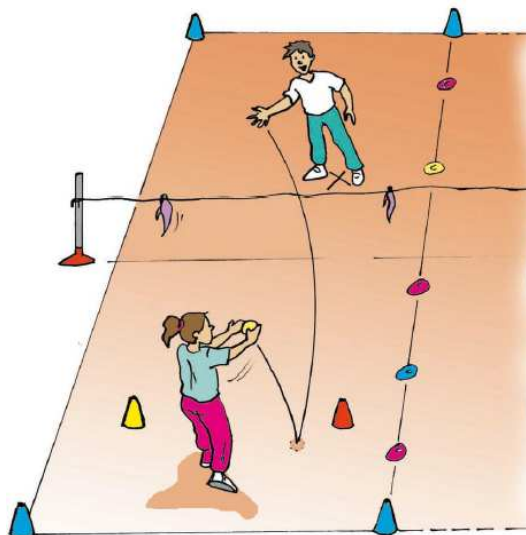
Variantes

- Avancer ou reculer la position du joueur en fonction des réussites
- Augmenter ou diminuer la distance entre le lanceur et le joueur
- Exiger une réception à bras tendus
- Exiger une réception en se tournant du côté d'où vient la balle.
- Exiger une réception à hauteur de bassin

Critère de réussite

Attraper 7 balles sur 10

Illustration



Touche la cible si tu peux !

Objectif de la tâche

Envoyer la balle et établir un contact raquette/balle.

But

Frapper la balle avec la raquette pour l'envoyer dans une zone.

Organisation matérielle

- Bandes de marquage amovibles pour matérialiser la zone de l'élève qui envoie la balle, les zones de rebond
- 8 balles/ 8 raquettes

Consignes

Vous devez après avoir lâché la balle, envoyer celle-ci vers une des cibles (service cuillère).

Critère de réussite

Envoyer au moins 7 balles sur les cibles.

Variante

- Taille des cibles
- Distance de la zone d'envoi

Le tennisman

Objectif de la tâche

Lire la trajectoire de la balle, se mettre en situation de frappe et établir un contact raquette/balle.

But

Frapper la balle avec la raquette pour l'envoyer vers son partenaire (uniquement travail du coup droit).

Organisation matérielle

- Bandes de marquage amovibles pour matérialiser la zone du lanceur, les zones de rebond
- 2 plots de couleur différente.
- Position des élèves : le lanceur à 2 m du filet, le joueur à 4 m

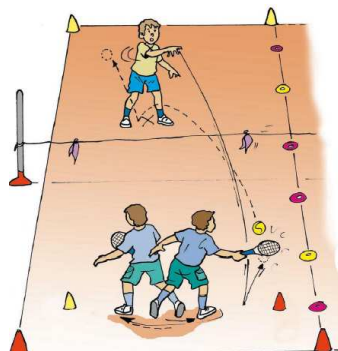
Critère de réussite

Renvoyer 7 balles sur 10.

Variante

Travailler le revers.

Illustration



L'essuie-glace

Objectif de la tâche

Lire la trajectoire de la balle, pour renvoyer la balle vers le camp adverse.

But

Frapper la balle après un rebond en réalisant consécutivement un coup droit puis un revers.

Organisation matérielle

- Bandes de marquage amovibles pour matérialiser la zone du lanceur, les zones de rebond
- 2 plots de couleur différente
- Position des élèves : le lanceur à 2m du filet, le joueur à 4m

Consignes

Vous devez renvoyer la balle après un rebond en direction du lanceur qui l'attrape après un rebond également.

Le lanceur doit viser précisément de manière alternative les 2 zones.

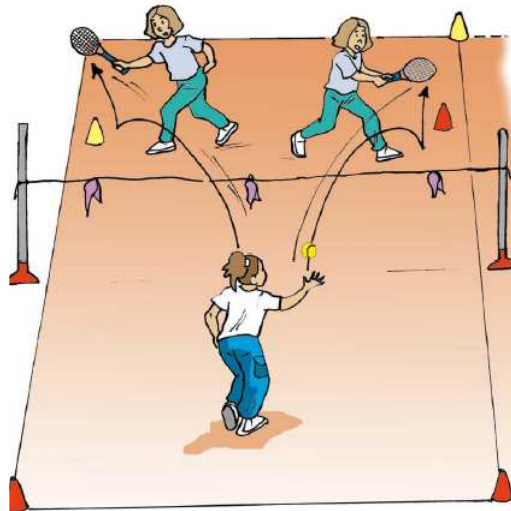
Critère de réussite

Renvoyer 7 balles sur 10 dans le camp adverse.

Variantes

- Le joueur peut choisir la zone ou il veut recevoir la balle
- Le lanceur annonce la couleur

Illustration



Le mur

Objectif de la tâche

Lire la trajectoire de la balle, se mettre en situation de frappe et établir un contact raquette/balle.

But

Frapper la balle avec la raquette pour l'envoyer vers le mur.

Organisation matérielle

- Coupelles
- 4 balles / 4 raquettes

Critère de réussite

Réaliser au moins 12 échanges.

Variante

Travailler le revers.

La rivière

Objectif de la tâche

Lire la trajectoire de la balle, se mettre en situation de frappe.

But

Se placer et se déplacer pour frapper la balle vers son partenaire

Organisation matérielle

- Marques sols
- 4 balles / 8 raquettes

Consignes

Vous devez renvoyer la balle vers votre partenaire par-dessus la rivière.

Critère de réussite

Réaliser au moins 6 échanges.

Variante

Travailler le revers.

Le match vortex

Objectif de la tâche

Lire et maîtriser les trajectoires.

But

Lancer le vortex vers son partenaire qui deviendra dans un second temps un adversaire (coopération dans un premier temps puis opposition).

Organisation matérielle

- 3 terrains sur ½ court de tennis
- 3 vortex

Consignes

1. Lancer le vortex à son partenaire qui le réceptionne et me le renvoie
2. Match.

Critère de réussite

1. Nombre d'échanges réussis
2. Marquer au moins 3 points

Variantes

- Dimensions du terrain

Le marchand de glaces

Objectif de la tâche

Lire et maîtriser les trajectoires.

But

Réceptionner la balle (boule de glace) dans le cône (cornet) après un rebond

Organisation matérielle

- 3 terrains sur $\frac{1}{2}$ court de tennis
- Bandes de marquage amovibles pour matérialiser la zone du lanceur, les zones de rebond
- 2 plots de couleur différente.
- Position des élèves : le lanceur à 2 m du filet, le joueur à 4 m.

Consignes

Le lanceur doit lancer la balle vers l'un des plots, le joueur doit la réceptionner après le rebond dans le cône.

Alterner tous les 10 lancers.

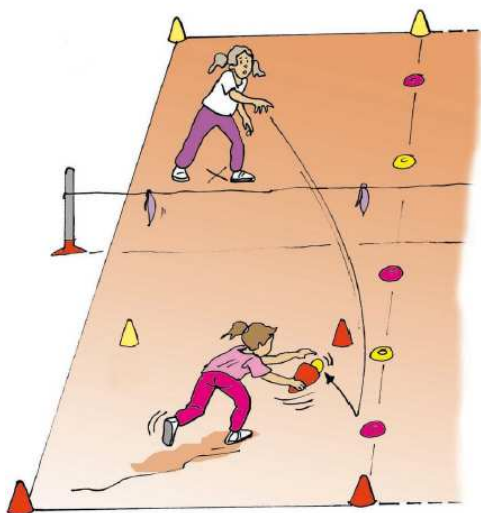
Critère de réussite

Attraper au moins 7 balles sur 10.

Variantes

- Types de lancer (cloche, etc.)
- Distance du joueur
- Mettre en opposition les joueurs

Illustration



Le ballon vole

Objectif de la tâche

Lire et maîtriser les trajectoires, se mettre en situation de frappe et établir un contact raquette/ballon.

But

Frapper le ballon de baudruche pour l'envoyer vers son partenaire qui deviendra dans un second temps un adversaire (coopération dans un premier temps puis opposition).

Organisation matérielle

- 3 terrains sur ½ court de tennis
- 3 ballons de baudruche
- 6 raquettes

Consignes

1. Frapper le ballon en l'air pour échanger le plus longtemps possible avec son partenaire.
2. Match.

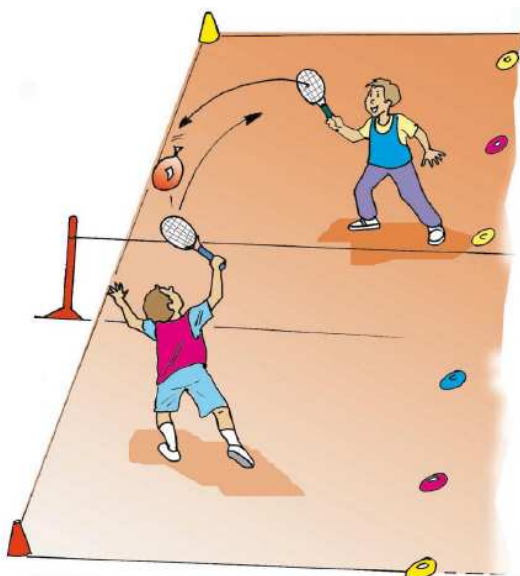
Critère de réussite

1. Nombre d'échange réussi
2. Marquer au moins 3 points

Variante

- Passer en balle mousse
- Dimension terrain

Illustration



La chistera

Objectif de la tâche

Lire la trajectoire du ballon paille, se mettre en situation de frappe et établir un contact Pom Do/ballon.

But

Frapper le ballon paille avec le Pom Do pour l'envoyer vers son partenaire qui deviendra dans un second temps un adversaire (coopération dans un premier temps puis opposition).

Organisation matérielle

- 3 terrains sur ½ court de tennis
- 3 ballons pailles
- 6 Pom Do

Consignes

1. Frapper le ballon à terre pour échanger le plus longtemps possible avec son partenaire.
2. Match.

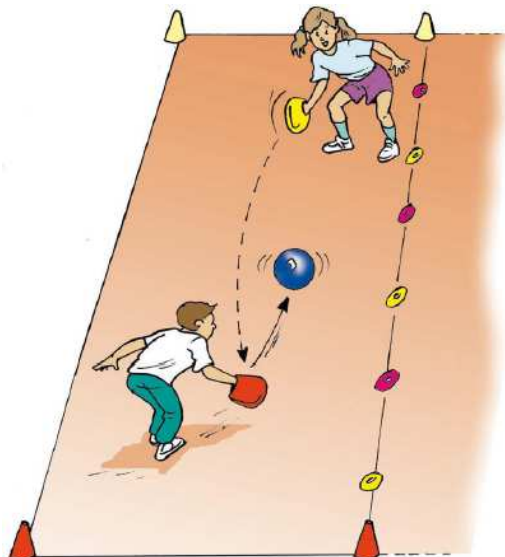
Critère de réussite

1. Nombre d'échange réussis
2. Marquer au moins 3 points

Variante

- Frapper après un rebond
- Frapper à main nue
- Dimension terrain

Illustration



Le record d'échange

Objectif de la tâche

Lire et maîtriser les trajectoires, renvoyer la balle vers mon partenaire.

But

Lancer et renvoyer la balle vers son partenaire

Organisation matérielle

- 3 terrains sur ½ court de tennis
- 6 raquettes / 3 balles

Consignes

Vous devez réaliser le maximum d'échange possible.

Critère de réussite

Réaliser au moins 15 échanges

Variantes

- Dimension terrain.
- Utiliser le revers

Le match frisbee

Objectif de la tâche

Lire et maîtriser les trajectoires/ travailler en revers.

But

Lancer le frisbee vers son partenaire qui deviendra dans un second temps un adversaire (coopération dans un premier temps puis opposition)

Organisation matérielle

- 3 terrains sur ½ court de tennis
- 3 frisbees

Consignes

1. Lancer le frisbee à son partenaire qui le réceptionne et me le renvoie
2. Match.

Critères de réussite

1. Nombre d'échange réussi
2. Marquer au moins 3 points

Variantes

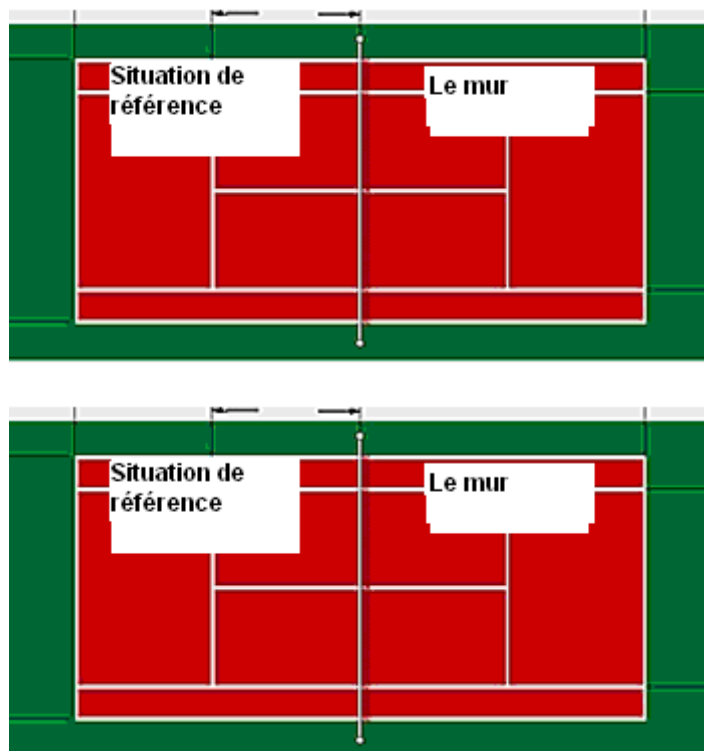
- Dimensions du terrain

10. Evaluation - grille d'évaluation

Situation de référence : « **RECORD D'ÉCHANGE** »

Configuration de l'évaluation

La moitié de la classe passe en **situation de référence** devant les éducateurs et l'enseignant et l'autre moitié est en autonomie sur la situation "le mur".



Tableaux d'évaluation

Nombre d'échanges	Objectifs	Thèmes d'apprentissage
Moins de 6 échanges	Apprendre à envoyer la balle avec la raquette dans la direction voulue	→ Envoyer → Envoyer/ Recevoir
Moins de 12 échanges	Apprendre à se placer pour se mettre en situation de renvoyer la balle dans le camp adverse	→ Renvoyer → Echanger
Plus de 12 échanges	Apprendre à frapper la balle dans une direction précise de différentes manières	→ Echanger → Rompre

Nous pouvons supposer que nous aurons des élèves qui seront au niveau 1 ou au niveau 2.

12. Bilan par classe

BILAN PAR CLASSE

ECOLE			
ENSEIGNANT			
CLASSE			
MODULE SUIVI	I	II	III

ACCUEIL

--

- +
Cocher la bonne case

VESTIAIRES

--

- +

MATERIEL

- □ □ □ +

COLLABORATION AVEC LES EDUCATEURS

- □ □ □ +

ORGANISATION PEDAGOGIQUE

- □ □ □ +

DIVERS

- □ □ □ +

BILAN GLOBAL

--

- □ □ □ +

Merci de nous faire parvenir vos commentaires à la fin de votre cycle.

12. Diplôme

