

Grille de séance

Objectif: Découverte du tennis

Tps	Obj.généraux	Obj. Spécifiques ou de situation	Dispositif	Consignes	Observer et/ou critères de réussites (C.R)	Matériel
5'	Accueil.	Présentation activité.				
10'	Mise en condition : Psychomotricité & socio motricité	<p>A- Différentes tenues de raquette : manipulation raquette.</p> <p>B- Différentes manipulations de balles (sans rebonds) : manipulation raquette/balle</p> <p>C- Différents jonglages (avec rebonds) :</p>	<p>A : Chaque e. prend une raq. en main.</p> <p>B : raquette + balle.</p> <p>C : raq. + balle</p>	<p>A⇒ 2 mains, 1 main, paume au sol/en l'air.</p> <p>B⇒ Déplacements sans perdre balle sur raq. 1°)- à D./G, d'avant en arrière, en marchant, en courant, en sautillant, 1tour sur soi, à cloche-pied, à reculons... 2°)- faire tourner la balle sur le tamis à l'arrêt & en déplacement, 3°)- j'éloigne la balle de mon corps et je la rapproche.</p> <p>C⇒ Jonglages (en déplacements) 1°)- rebonds au sol (paume regarde sol), 2°)- jongles en l'air sur raq. (paume vers ciel), 3°)- alterner 1 rebond au sol avec 1 jongle en l'air, 4°)- pile/face (recto/verso).</p>	Réalisation des différentes situations proposées. ↳ Voir tout ce que l'on peut faire /imiter avec une raquette	20 raquettes 1 balle molle/ e.
15'	Psychomotricité & socio motricité.	§ relais : « la course des garçons de café »	Former 2 équipes, élèves sur la même ligne de départ.	Balle posée sur la raq, au signal, les deux 1 ^{ers} joueurs de la colonne, se rendent le +vite possible, raq à la main, sur un parcours défini(avec ou sans obstacles) ou vers 1 plot qu'ils contournent pour revenir vers leur équipe & permettre au deuxième de partir.	Le déplacement peut se faire : - balle immobilisée sur la raq., - balle rebondissant au sol, - balle rebondissant en l'air sur la raq. ↳ L'équipe revenue en position initiale a gagné.	1raquette + 1balle par équipe ou 1 par élève.
15'	Psychomotricité et socio motricité	Jeu d'échanges	Par 2 : 1 lanceur (sans raq) + 1 joueur (avec).	- Lanceur (à la main, puis avec sa raquette) envoie la balle à son coéquipier qui doit la lui renvoyer : a) en coup droit, b) essaie en revers. 10X chacun & alterner les rôles.	- compter le nb de fois où l'on renvoie la balle au coéquipier.	1 raq pour 2, quelques balles par gr. de 2.
10'	Psychomotricité et socio motricité	« Les balles brûlantes »	2 équipes de chaque côté du filet, avec le même nb de balles.	Au signal, envoyer une par une, les balles dont on dispose dans le camp adverse : lancer la balle par en dessous ou à bras cassé.	Compter le nombre de balles dans chaque camp ; celle qui en aura le moins aura gagné.	Toutes les balles, réparties équitablement.