

Domaines d'activités  
Agir et s'exprimer avec son corps  
Séquence : Le tennis

Cycle 1  
MS  
GS

**COMPETENCES :**

**Agir et s'exprimer avec son corps**

- Coopérer ou s'opposer individuellement et collectivement ; accepter les contraintes collectives
- Se repérer et se déplacer dans l'espace

**SEQUENCE/OBJECTIFS :**

**SEANCE 1 : Pousser/Equilibrer**

- Tenir la raquette correctement
- Pousser la balle pour lui donner une direction avec la raquette
- Distinguer coup droit et revers
- Travail de latéralisation

**SEANCE 2 : Opposition**

- Se replacer pour défendre son espace
- Adopter une position d'attente dynamique
- Reconnaître lorsque le but est marqué ou non

**SEANCE 3 : Opposition/Latéralisation**

- Diriger la balle avec les 2 faces du tamis
- Frapper la balle avec les 2 faces du tamis

**SEANCE 4 : Jouer où l'adversaire n'est pas**

- Repérer l'espace libre
- Avoir l'intention de viser et frapper dans cet espace

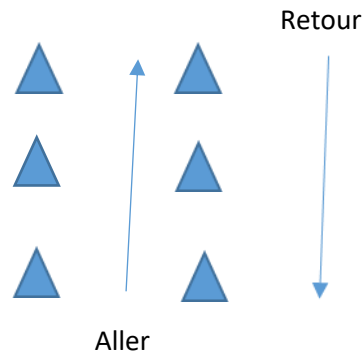
**SEANCE 5 : Retour sur apprentissages précédents**

**SEANCE 6 : Matches**

Les séances seront menées durant 6 semaines. Certaines situations peuvent être proposées plusieurs fois selon les besoins.

**Séance 1 : Pousser – Equilibrer**

➤ **Situation 1 :**

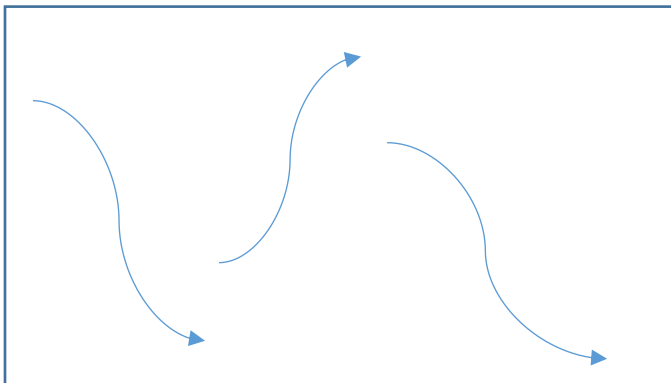


Aller : Je fais rouler le ballon au sol avec ma raquette

Retour : Je marche avec le ballon en équilibre sur la raquette

Adaptation : Slalomer entre les plots (les plots sont couchés, l'enfant passe du côté pointu du plot)

➤ **Situation 2 :**



- Se déplacer librement dans une zone délimitée, en poussant la balle à la main dans un 1<sup>er</sup> temps.
- L'enseignant effectue des annonces à voix haute. Lorsque « coup droit » est annoncé, les enfants poussent la balle avec la paume de la main. Lorsque « revers » est annoncé, les enfants poussent la balle avec le dos de la main.

Variante : Parcours (slalom ou lignes droites) effectué en coup droit ou en revers uniquement.

➤ **Bilan oral et retour des enfants à la fin de chaque séance.**

Raquette tenue en bout de manche.



Diriger la balle avec la raquette en la poussant.

Distinguer coup droit et revers en les associant aux faces de la main.

Travail de latéralisation.



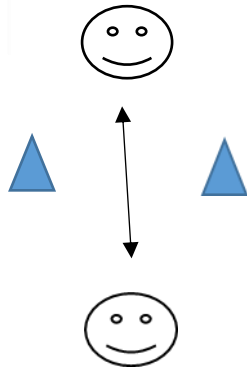
Coup droit



Revers

**Séance 2 : Opposition**

➤ **Situation 1 :**



Passer la balle à son partenaire en faisant rouler la balle à travers le but.

➤ **Situation 2 :**



Tenter de marquer dans le but adverse en faisant rouler la balle au sol.  
Adaptations : augmenter ou réduire la taille du but

➤ **Situation 3 : Lancer/rebond**

Touche de foot :  
lancer à son adversaire  
qui réceptionne  
après un rebond.



Raquette tenue en bout de manche.



Se replacer derrière le but après avoir frapper.

Attendre la balle en tenant la raquette dans les 2 mains.



Savoir quand le but est marqué.

Arrêter le jeu si le ballon sort des limites.

**Toujours matérialiser les points marqués (plots, balles ou autres)**

**Séance 3 : Opposition coup droit / revers**

➤ **Situation 1 : Le conduite – frappe**

- Le joueur conduit la balle pour se rapprocher du but avec le revers (dos de la main) puis frappe au but avec la face coup droit (paume de la main)



➤ **Situation 2 : L'alternance**

- Marquer en coup droit ou en revers selon la consigne énoncée.



➤ **Situation 3 : Lancer/rebond**

Passe de rugby : lancer latérale avec les 2 mains. Le partenaire réceptionne après 1 rebond.

Tenue de raquette en bout de manche.

Distinguer coup droit/revers avec la raquette.



Coup droit



Revers

Savoir quand le but est marqué.

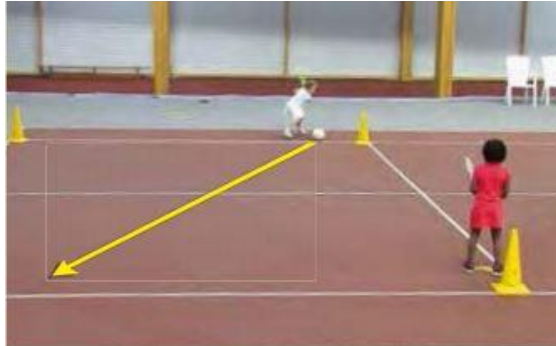
Remplacement au milieu du but pour défendre.

**Toujours matérialiser les points marqués (plots, balles ou autres)**

**Séance 4 : Jouer où l'adversaire n'est pas**

➤ **Situation 1 : Le but vide**

- Le gardien est placé devant un poteau du but, le tireur engage pour tenter de marquer, le point se poursuit.



Adaptation : Moduler la taille et la distance entre les buts.

➤ **Situation 2 : Le but en coin**

- Chaque joueur défend 2 buts.



Adaptation : Augmenter la taille des buts, les rapprocher.

➤ **Situation 3 : Lancer/rebond**

Lancer de handball, le partenaire réceptionne après 1 rebond.



Jouer où l'adversaire n'est pas.

Demander à son adversaire s'il est prêt avant d'engager.

Se replacer au milieu du but entre les frappes.

Arrêter le jeu lorsque le ballon sort des limites.

**Matérialiser les points.**

### Séance 5 : Retour sur les séances précédentes

➤ **Situation 1 et 2 : Jeu de fond de court**

Reprendre les situations précédentes sur lesquelles l'enseignant perçoit un besoin de répétition.

➤ **Situation 3 : Lancer/rebond**

Reprendre tous les types de lancer découverts lors des séances précédentes.

### Séance 6 : Match – remise des diplômes

Montante-descendante : Matches de 4 mn, celui qui a le plus de points monte d'un terrain, l'autre descend.

Possibilité de placer un arbitre par terrain.

Bilan du cycle et remise du diplôme « class tennis »

Matérialiser les points.

Arrêter la balle lorsqu'elle est sortie des limites du terrain.

Compter les points et suivre le score.

Serrer la main de son adversaire à la fin des matchs.

