

## Éducation physique et sportive

### SEQUENCE DE TENNIS – CYCLE 2

#### Niveaux CP – CE1 – CE2

##### Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel

###### Attendus de fin de cycle :

###### Dans des situations aménagées et très variées,

- S'engager dans un affrontement individuel ou collectif en respectant les règles du jeu.
- Contrôler son engagement moteur et affectif pour réussir des actions simples.
- Connaître le but du jeu.
- Reconnaître ses partenaires et ses adversaires.

###### Compétences travaillées pendant le cycle :

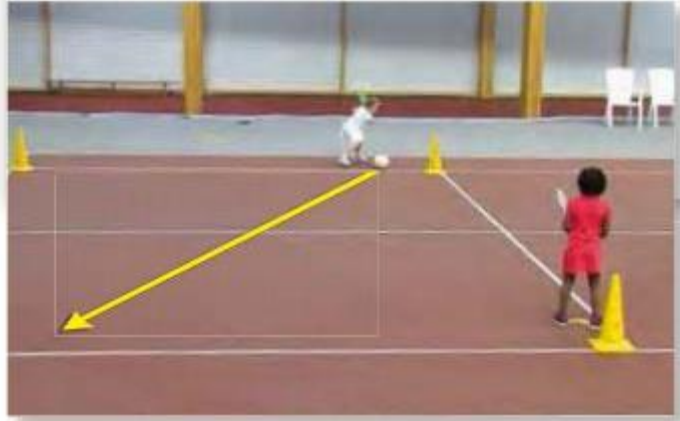


- Rechercher le gain du jeu, de la rencontre.
- Comprendre le but du jeu et orienter ses actions vers la cible.
- Accepter l'opposition et la coopération.
- S'adapter aux actions d'un adversaire.
- Coordonner des actions motrices simples.
- S'informer, prendre des repères pour agir seul ou avec les autres.
- Respecter les règles essentielles de jeu et de sécurité.
- Développer des attitudes sportives de fairplay.

###### Repères de progressivité :

Tout au long du cycle, la pratique d'activités collectives doit amener l'élève à se reconnaître comme attaquant ou défenseur, développer des stratégies, identifier et remplir des rôles et des statuts différents dans les jeux vécus et respecter les règles.

Au cours du cycle, l'élève affronte seul un adversaire afin d'obtenir le gain du jeu, de développer des stratégies comme attaquant ou défenseur (réversibilité des situations vécues).

**Organisation :** Cette programmation a été conçue pour permettre à un enseignant seul de mettre en place une séquence de tennis mais nous conseillons tout de même l'accompagnement d'un ou plusieurs parents afin de faciliter la mise en place et le suivi de la séance.

<p><b>DUREE</b></p> <p><b>MATERIEL</b></p> <p>15 mn</p> <p>Ballons violets, plots, raquettes</p>	<p><b>Séance 1 : Pousser – Guider – Défendre – Servir</b></p> <p>➤ <b>Situation 1 : Le but vide</b></p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>- En début de point, le gardien est placé devant un poteau du but, le point se poursuit, les 2 joueurs cherchent à marquer.</li> </ul> <p><u>Adaptation</u> : Moduler la distance entre les 2 buts</p>	<p>Raquette tenue en bout de manche.</p>  <p>Attendre que l'adversaire soit prêt avant d'engager.</p> <p>Se placer en début de point et se replacer.</p>
<p>15 mn</p> <p>Ballons violets, cônes, raquettes</p> <p>15 mn</p> <p>Ballons violets, cônes, raquettes</p>	<p>➤ <b>Situation 2 : Le but en coin</b></p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>- Match avec un but dans chaque coin, chaque joueur défend 2 buts</li> </ul> <p><u>Adaptation</u> : Bloquer-tirer, augmenter taille des buts</p> <p>➤ <b>Situation 3 : Service</b></p> <p>Marquer dans le but adverse avec présentation de la balle au-dessus de la tête. Frapper à la main.</p> <p><u>+ facile</u> : Lancer à la main bras cassé (handball), avancer le tireur</p> <p><u>+ difficile</u> : Frapper avec la raquette</p>	<p>Jouer où l'adversaire n'est pas.</p> <p>Arrêter le jeu si le ballon sort des limites.</p> <p>Avoir l'intention de viser avant de frapper.</p> <p>Compter les points.</p> <p>Raquette tenue en bout de manche.</p> <p>Présenter et frapper une balle au-dessus de la tête.</p> <p>Compter les points.</p>

**Séance 2 : Découverte du rebond**

➤ **Situation 1 : Le marchand de glace**



- Chaque joueur doit réceptionner la balle dans un cône après un rebond. Le lanceur envoie bras cassé (handball) ou par le bas. 1 point par bonne réception.

+ difficile : Engager avec la raquette

+ facile : réceptionner à la main

➤ **Situation 2 : Le penalty**



- Chaque joueur défend un but. Celui qui engage essaie de marquer un but, l'autre bloque avec la raquette. La balle doit rebondir dans le terrain avant de passer le but.

Adaptations : augmenter ou réduire la taille du but, avancer le tireur.

➤ **Situation 3 : Service**

- Servir dans le terrain opposé en frappant la balle à la main. 1 point en cas de réussite.

15 mn

Ballons violets,  
cônes, raquettes,  
élastique

Attitude  
d'attention cône  
en avant.

Jouer en  
collaboration.

Compter les  
points en équipe.

15 mn

Ballons violets,  
cônes, raquettes,  
élastique

Tenue de  
raquette en bout  
de manche.

Position d'attente  
avec la raquette  
dans les 2 mains.

Présenter la balle  
devant soi et  
laisser un rebond  
avant d'engager.

Arrêter la balle en  
avant du corps  
(gardien).

Compter les  
points.

15 mn

Ballons violets,  
élastique

Présenter et  
frapper la balle  
au-dessus de la  
tête.

Frapper au-  
dessus de la tête.

<b>Séance 3 : Collaborer – contrôler</b>		
<p>15 mn</p> <p>Ballons violets, raquettes, élastique</p>	<p>➤ <b>Situation 1 : Le 1<sup>er</sup> rebond</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Engager la balle sur son partenaire qui laisse un rebond, la contrôle avec la raquette avant de la reprendre à la main et engage à son tour.</li> </ul>  <p><u>+ difficile</u> : Contrôle et frappe sans arrêter la balle</p>	<p>Tenue de raquette en bout de manche.</p> <p>Présenter la balle devant soi et laisser un rebond avant d'engager.</p> <p>Compter les points en équipe.</p> <p>Annoncer « faute » à voix haute lorsque la balle ne rebondit pas dans le terrain.</p>
<p>15 mn</p> <p>Ballons violets, disques souples, raquettes, élastique</p>	<p>➤ <b>Situation 2 : L'annonce</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Séparer le cours en 2, annoncer au plus tôt la zone où la balle va rebondir.</li> </ul>  <p><u>+ facile</u> : un joueur attrape et renvoie à la main</p>	<p>Position d'attente avec la raquette dans les 2 mains.</p> <p>Concentration.</p> <p>Compter les points, suivre et annoncer le score à voix haute.</p> <p>Annoncer « faute » à voix haute lorsque la balle ne rebondit pas dans le terrain.</p>
<p>15 mn</p> <p>Ballons violets, raquettes, élastique</p>	<p>➤ <b>Situation 3 : Service - Match</b></p> <p>Faire un match (avec raquette) en engageant par un service au-dessus de la tête.</p> <p><u>+ facile</u> : supprimer le filet, accorder 2 rebonds</p>	<p></p>

**Séance 4 : Jouer sans rebond**

15 mn

Ballons violets,  
élastique

➤ **Situation 1 : Le mano à mano**

- Faire des passes à la main, sans rebond. 1 point lorsque la balle est réceptionnée sans tomber sur le sol.

+ difficile : Un joueur engage avec la raquette

➤ **Situation 2 : Le hand**



- Un joueur lance bras cassé (type handball) pour tenter de marquer dans le but adverse sans rebond. L'autre joueur bloque avec la raquette.

➤ **Situation 3 : Service, la diagonale**



- Servir chacun son tour depuis un côté du court dans le terrain adverse. Jouer le point après l'engagement.

Compter les points en équipe

Position d'attente dynamique avec la raquette dans les 2 mains, bien devant.

Prendre l'information très tôt sur la balle reçue.

Présenter la balle au-dessus de la tête.

Accompagner la balle avec la main lors du lancer.




Regarder la balle jusqu'à l'impact.

15 mn

Ballons violets,  
cônes, élastique

15 mn

Ballons violets,  
raquettes,  
élastique

<b>Séance 5 : S'équilibrer</b>		
<p>15 mn</p> <p>Ballons violets, raquettes, élastique</p>	<p>➤ <b>Situation 1 : L'équilibriste</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Engager sur le partenaire qui bloque avec la main et la raquette après un rebond, en équilibre sur 1 pied.</li> </ul> <p><u>+ facile</u> : avoir les 2 pieds plaqués au sol lors de la réception <u>+ difficile</u> : Equilibre sur le pied qui est du côté du rebond.</p>	<p>Position d'attente dynamique avec les 2 mains sur la raquette.</p> <p>Bloquer la balle en avant du corps.</p>
<p>15 mn</p> <p>Ballons violets, raquettes, élastique</p>	<p>➤ <b>Situation 2 : Le concours d'échange</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Réaliser un maximum d'échanges avec un partenaire. Laisser un rebond avant de frapper.</li> </ul> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">   </div> <p><u>+ facile</u> : Un joueur joue à la main</p>	<p>Annoncer les balles fautes.</p> <p>S'équilibrer avant de frapper.</p> <p>Position d'attente entre les frappes, 2 mains sur la raquette.</p>
<p>15 mn</p> <p>Ballons violets, raquettes, élastique</p>	<p>➤ <b>Situation 3 : Service - Match</b></p> <p>Faire un match en engageant par un service au-dessus de la tête à partir d'un côté du terrain (cf. la diagonale). Changement de serveur à chaque point, 1<sup>er</sup> joueur qui arrive à 7 points. Possibilité de placer un arbitre par terrain.</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">  </div> <p><u>+ facile</u> : supprimer le filet, accorder 2 rebonds</p>	<p>Servir en étant placé derrière la ligne.</p> <p>Se replacer au centre de son terrain entre les frappes.</p> <p>Arrêter la balle lorsqu'elle est fautive et annoncer « fautive » à voix haute.</p>

**Séance 6 : Match – remise des diplômes**

45 mn

Ballons violets,  
raquettes,  
élastique

Faire un match en engageant par un service au-dessus de la tête à partir d'un côté du terrain (cf. la diagonale).  
Changement de serveur à chaque point.

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.



Servir en étant placé derrière la ligne.

Arrêter la balle lorsqu'elle est fautive et annoncer « fautive » à voix haute.

Compter les points et suivre le score.

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

Bilan du cycle et remise du diplôme « class tennis »

