

## Leçon «Kids Tennis»

Cette leçon permet aux enfants d'entraîner les capacités de base des jeux de renvoi. Elle peut se dérouler aussi bien sur un terrain de tennis que dans une salle ou sur une place en plein air. Le matériel peut également être remplacé par celui d'autres jeux de renvoi.

### Conditions cadres

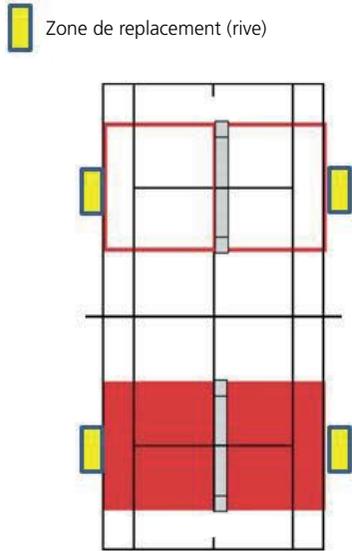
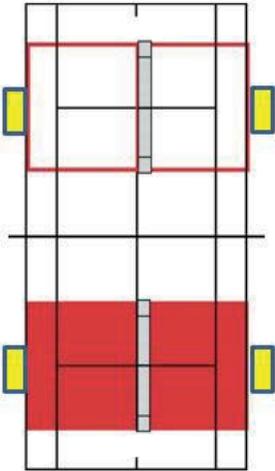
- Durée de la leçon: 60 minutes
- Niveau: Kids Tennis rouge (débutants)

### Objectifs d'apprentissage

- S'orienter dans l'espace, améliorer le contrôle raquette-balle
- Etre capable de jouer les premiers échanges

**Remarque:** Garder le matériel de la mise en train pour le retour au calme.

	Exercice/Forme de jeu/Forme de concours	Organisation/Illustration	Matériel
15' Mise en train	<p><b>Cap sur les lacs!</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Les enfants sont des randonneurs. Ils se déplacent librement à leur rythme sur le terrain, où il y a autant de lacs (cerceaux) que de marcheurs. Au signal, tous les marcheurs cherchent le plus vite possible un lac libre pour se rafraîchir et se laver les pieds après l'effort.</li> <li>2. Les lacs (cerceaux) ont des températures différentes (chaud = rouge, frais = bleu). Au signal, les marcheurs cherchent le plus rapidement possible un lac avec la bonne température (chaud ou frais) pour se réchauffer ou se rafraîchir les pieds. Deux randonneurs peuvent occuper le même lac.</li> <li>3. Idem que 1 et 2, mais avec une raquette et une balle chacun. Les enfants maintiennent leur balle en équilibre sur la raquette. Plus difficile: ils font rebondir la balle sur leur raquette (de différentes manières).</li> <li>4. Idem que 3, mais avec moins de cerceaux (lacs). Les randonneurs qui n'ont pas trouvé de lac libre doivent se rendre dans la forêt (zone avec cônes), au-delà d'une rivière (ligne de terrain) et toucher un certain nombre d'arbres pour se rafraîchir (à l'ombre). Ils reviennent ensuite en jeu.</li> <li>5. Idem que 3. Combien de temps met le groupe pour occuper tous les lacs? Et/ou combien de secondes faut-il pour que chaque enfant pose un pied dans chaque lac?</li> </ol> <p><b>Variantes</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Modifier le nombre d'enfants par cerceau. Ce nombre est annoncé par l'enseignant ou défini dans le cerceau (nombre de cônes dans le cerceau, billets avec le chiffre noté, cartes de UNO ou de jass, etc.).</li> <li>• Alternier les signaux (acoustiques ou visuels).</li> <li>• Définir les modes de déplacement (imiter différents animaux).</li> </ul>	<p>The illustration depicts a game area divided into three zones. At the top, a cluster of green triangles represents the 'Forêt (cônes)'. Below this, a thick blue horizontal bar represents the 'Rivière (ligne de terrain)'. At the bottom, there is a collection of red and blue circles representing 'Lacs (cerceaux)' and green triangles representing 'arbres (cônes)'. The red circles are scattered, while the blue circles are more clustered.</p>	<p>Cerceaux rouges et bleus Cônes Raquettes Balles rouges Ligne de terrain Billets et cartes de jeu</p>

		Exercice/Forme de jeu/Forme de concours	Organisation/Illustration	Matériel
Partie principale	35'	<p><b>Le crocodile</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Deux enfants par filet. Ils enchaînent des passes sur le terrain rouge, avec une raquette dans chaque main. Avant de frapper la balle, les joueurs bloquent la balle entre leurs deux raquettes (comme un crocodile qui attrape sa proie entre ses mâchoires), ils la relâchent (le crocodile ouvre la bouche), la laissent rebondir et la renvoient.</li> <li>Idem que 1, mais avec un abri (rive). Après chaque frappe, les enfants doivent retourner sur la rive. Jouer ensemble.</li> <li>Idem que 2, mais jouer contre. Un crocodile gagne le poisson si son adversaire n'arrive pas à l'attraper ou s'il n'a pas le temps de retourner sur la rive et de revenir pour le coup suivant.</li> <li>Idem que 3, mais les enfants doivent frapper la balle du côté où ils l'ont attrapée.</li> </ol> <p><b>Plus facile</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>La balle peut rebondir plusieurs fois sur le sol.</li> <li>Le crocodile dispose de plusieurs essais pour attraper le poisson.</li> </ul> <p><b>La balle ne meurt jamais!</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Deux joueurs enchaînent des passes sur le terrain rouge. La balle peut rebondir sur le sol et sur la raquette autant de fois que nécessaire. Tant que la balle rebondit, le jeu se poursuit. La balle «ne meurt jamais!»</li> <li>Même forme de jeu avec passage obligatoire sur la rive.</li> <li>Même forme de jeu en comptant les points (jouer contre). Avec ou sans la rive.</li> </ol> <p><b>Plus difficile</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Limiter le nombre de rebonds et/ou de touches raquette-balle (par exemple: les enfants réussissent-ils avec deux rebonds au maximum? Avec deux ou trois touches raquette-balle?).</li> </ul>	<p>Explication:</p> <p> Zone de remplacement (rive)</p> 	<p>Raquettes Balles rouges Filets de mini-tennis Lignes de terrain rouge</p>

		Exercice/Forme de jeu/Forme de concours	Organisation/Illustration	Matériel
Retour au calme	10'	<p><b>Estafette</b></p> <p>Former des équipes de deux à trois enfants au maximum. Dans la forêt se trouvent des pierres magiques cachées (balles) sous des arbres (cônes). Chaque équipe cherche la pierre de sa couleur (balle rouge, orange, verte ou jaune). Le premier de la colonne prend sa baguette magique (raquette), franchit la rivière (ligne de terrain) en courant et va chercher sa pierre dans la forêt. Il ne peut regarder que sous un arbre avant de revenir et passer le relais au camarade suivant. On poursuit ainsi jusqu'à ce que la pierre soit découverte. Une fois trouvée, la pierre est transportée par l'enfant jusqu'au château. Si la pierre tombe, l'enfant doit la cacher sous un nouvel arbre et le suivant part à sa recherche. Etc.</p> <p><b>Variante</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Sous chaque arbre se trouve une pierre. Quelle équipe en ramène le plus? Chaque enfant se rend deux ou trois fois dans la forêt.</li> </ul>		<p>Raquettes Balles rouges, oranges, vertes et jaunes Cerceaux Cônes Ligne de terrain</p>

**Auteur:** Alexis Bernhard-Castelnuovo, responsable Sport des enfants Swiss Tennis