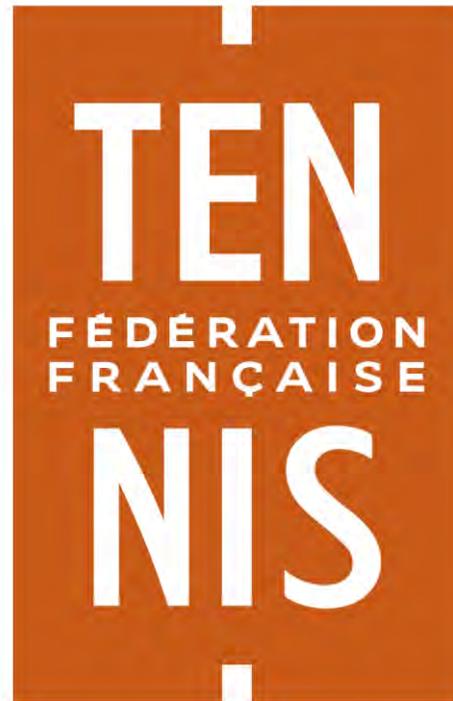


SHORTENNIS

Proposition de jeux à thème



Les 3 domaines de compétences et les conditions de progrès

Elts incontournables Domaines de compétences	VOLUME DE JEU / INTENSITE	SAVOIR-ETRE / RELATIONS HUMAINES	PLAISIR DU JEU / MATCH /POINTS	APPRENTISSAGES /Education sportive
PHYSIQUE	Occuper tous les enfants Mettre en place plusieurs ateliers Veiller à l'engagement de chacun Donner des temps de repos	Démontrer et expliquer simplement Individualiser les consignes et adapter le niveau de difficultés tout en challengeant l'enfant	Donner des bonus Proposer des relais par équipe Challenger l'enfant Intégrer le dév moteur au tennis: donner une tâche à faire entre les frappes, par ex déposer un cône devant soi entre les frappes lors d'échanges Travail motricité fine	Préparer son sac (eau, serviette, tenue) S'échauffer Respecter les consignes, le coach Respecter les autres Esprit d'équipe et de camaraderie Persévérer dans l'effort
APPRENTISSAGE TACTIQUE	Répéter le ou les mêmes schémas tactiques 3 fois minimum Séquences de répétitions au panier En situation d'échanges, enfant est toujours prêt avec sa balle d'engagement Ramassage rapide	Démontrer et expliquer simplement Comportement: concentration-engagement Dialogue, échanges pour une meilleure compréhension Adaptation de l'enseignant à l'enfant: apports individualisés	Donner des bonus pour la bonne réalisation tactique et compter les points Aménager les situations, susciter la réflexion et l'adaptation de l'enfant grâce au matériel, au score, à l'espace et valoriser les bons choix Proposer des situations de jeu avec comptage de points ou des défis à réaliser	Vérifier que le partenaire ou adversaire soit prêt Annoncer le score Apprendre à gérer ses émotions
APPRENTISSAGE TECHNIQUE	Pratique au mur Utilisation de répéteurs Ramassage rapide, être prêt Séquences de répétitions au panier (envois main ou raquette)	Comportement de l'enfant: concentration, engagement et persévérance → acquisition progressive (patience et bienveillance du coach) Démontrer et expliquer simplement	Donner des bonus, valoriser l'effort Aménager les situations Autoriser des moments d'expérimentation	S'entraîner et répéter en dehors des séances encadrées (mur ou jeu libre) pour une acquisition plus rapide

Jeux	Objectifs	Points clés	Evolutions possibles / Jeu / Match	Commentaires
<p>1- Le Tempo: 4 joueurs, 1 contre 1 sur ½ terrain. Le but du jeu est de faire le + d'échanges possible avec la même balle en une minute. Les enfants sont placés sur la ligne de fond et n'ont pas le droit de reculer. Pas de volées. Varier les partenaires</p>	<p>Tenir l'échange en imposant un rythme soutenu</p>	<p>Organisation précoce et prise de balle + tôt tout en gardant une marge de sécurité Disponibilité et mobilité Tenue de raquette et prise (non extrême) Equilibre. Plan de frappe</p> <p>Adaptation, écoute, concentration, persévérance</p>	<p>Evolutions possibles Augmenter la cadence Varier la zone de jeu: Tout en CD ou en RV ou alterner CD/RV . Zones à viser</p>	<p>Donner une seule balle à chaque paire de joueurs Veiller à l'intensité tout en respectant les consignes (pas de temps morts) Proposer un défi: qui va établir le record après changements de partenaires?</p>
<p>2-La diago 2 joueurs échangent dans chaque diagonale en visant 1 zone dans l'angle au fond du court. Ils doivent mettre le + de balles possible dans la zone avec un remplacement tactique. Changement de diagonale et de partenaire Concours entre les joueurs</p>	<p>Tenir l'échange en jouant long avec sécurité</p>	<p>Disponibilité (reprise d'appuis, mobilité). Plan de frappe avancé pour croiser. Adaptation forme gestuelle: traversée grâce à une cadence +lente (contrôle). Appuis semi-ouverts à ouverts Motricité: Equilibre et réactivité Adaptation</p>	<p>Evolutions possibles Agrandir ou rétrécir la zone à viser Idem avec contrôle-frappe pour un des 2 joueurs ou les 2 puis revenir situation initiale</p>	<p>Concours entre les joueurs ou défi</p> <p>Positiver, encourager Etre exigeant sur la réalisation Comportement de l'enfant: écoute, concentration</p>

Jeux	Objectifs	Points clés	Evolutions possibles	Commentaires
<p>3-La diago gagnante 2 équipes de 2, 1 contre 1 sur terrain de simple. Les 2 joueurs font au minimum 2 échanges dans l'axe avant de pouvoir jouer croisé. Le 1^{er} joueur qui réalise 2 RV croisés de suite gagne le point pour l'équipe. 1^{ère} équipe à 10</p>	<p>Tenir l'échange et changer de direction</p>	<p>Plan de frappe Effets Disponibilité et mobilité Placement-replacement</p> <p>Adaptation Ecoute, concentration Persévérance</p>	<p>Adapter le niveau de difficulté (balle, espace, zones à viser) Faire en CD Idem avec « contrôle-frappe » (arrêt de la balle avec la raquette devant soi puis frappe)</p>	<p>Voir qui va établir le record après changements de partenaires Idem points avec engagement en service, 2RV de suite=5 pts Démontrer, encourager l'enfant Veiller à l'intensité tout en respectant les consignes (pas de temps morts, chaque enfant est prêt à engager dès le point terminé).</p>
<p>4-Ping-pong 2 équipes de 2 joueurs, 1/1 sur tout le terrain. Les joueurs de la même équipe font une frappe sur 2 en gardant la balle dans la zone axiale. Situation de partenaires Record d'échanges ou record de balles dans la zone</p>	<p>Tenir l'échange en jouant long avec précision et sécurité= neutraliser en jouant long au centre</p>	<p>Disponibilité (reprise d'appuis, mobilité). Plan de frappe Effet Motricité: réactivité, équilibre Adaptation Comportement: concentration-engagement</p>	<p>2 frappes chacun Faire que des CD, RV ou alterner CD/RV Zone à atteindre + ou - grande Faire 1 contre 3 Contrôle-Frappe puis revenir à la situation initiale</p>	<p>Record à battre entre différents groupes d'élèves Positiver, encourager Etre exigeant sur la réalisation Comportement de l'enfant: réactivité, concentration</p>

Jeux	Objectifs	Points clés	Evolutions possibles	Commentaires
<p>1- Bleu, blanc, rouge 4 joueurs, 1 contre 1 sur ½ terrain. 3 zones: rouge derrière la ligne de fdc=<u>Défense</u>, blanche, devant + 1m=<u>Neutre</u>, bleue dans le court et carrés=<u>Attaque</u> Chaque joueur annonce avant le rebond dans quelle zone la balle va rebondir puis dans un 2^e temps, quelle trajectoire il va produire en fonction de la balle reçue (rouge, blanche, bleue) Idem en diagonale</p>	<p>Reconnaissance de situation</p>	<p>Comportement de l'enfant: écoute, concentration, prise en compte de l'autre joueur Réactivité et disponibilité (reprise d'appuis, mobilité) Adaptation de la forme gestuelle (+gde amplitude sur les trajectoires rouges) Equilibre (appuis) Adaptation à la situation</p>	<p>1 attaque/ l'autre défend Idem avec contrôle-frappe (arrêter la balle avec la raquette puis la frapper) Idem avec 2 rebonds (décrocher-raccrocher)</p>	<p>Voir qui va établir le record après changements de partenaires Matches avec service avec application des consignes Positiver, encourager Etre rigoureux sur l'objectif Ramassage rapide, être prêt dès que l'échange s'arrête</p>
<p>2- La zone bleue 4 joueurs jouent en alternance en 1/1 sur tout le terrain Matérialiser une zone au centre du court=zone bleue. Obligation d'attaquer si la balle reçue tombe dans cette zone 1^{ère} équipe à 15 pts Idem avec engagement en service</p>	<p>Varié les trajectoires et exploiter la situation favorable à l'attaque Prise de risques</p>	<p>Plan de frappe Prise de balle (+ tôt pour attaquer) Mobilité, réactivité Equilibre, adresse Adaptation, concentration</p>	<p>Agrandir la zone interdite Contrôle-frappe Faire volée liftée sur la balle qui va tomber dans la zone (si elle est haute et lente)=>gain de temps sur l'adversaire</p>	<p>Match avec service Ramassage rapide, être prêt dès que l'échange s'arrête Idem sur ½ terrain 1 contre 1: attaque dès que la balle tombe dans la zone puis suivre au filet</p>
<p>3-Win-Win Jeu en double. Forme mixte Les 2 équipes démarrent en FDC. L'équipe qui gagne le point avance au filet, si elle gagne à nouveau, elle remporte 1pt. 1^{ère} équipe à 10 & revanche</p>	<p>Attaque-défense en double</p>	<p>Tenue de raquette, appuis Concentration, esprit d'équipe</p>	<p>Jouer en double sur terrain de simple 2 points si l'équipe fait un point gagnant (winner)</p>	<p>Match avec service Ramassage rapide, être prêt dès que l'échange s'arrête car l'enseignant engage vite</p>

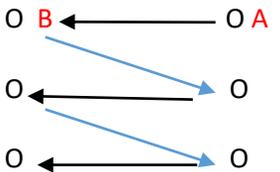
Jeux	Objectifs	Points clés	Evolutions possibles	Commentaires
<p>4-Le Coup droit massacreur 4 joueurs jouent en alternance 1 contre 1 sur tout le terrain Une zone dessinée côté revers du joueur A est interdite. B ne doit pas jouer dans cette zone. A ne doit faire que des CD, il peut jouer dans tout le terrain de B Match en 10 pts puis changement de rôle Engagement du joueur A à la cuiller</p>	<p>Reconnaissance de situation Utilisation du coup droit de décalage (recherche de trajectoires sortantes)</p>	<p>Attitude d'attention, tenue de raquette, prise Plan de frappe Disponibilité: reprise d'appuis, mobilité Equilibre (appuis) Concentration /Persévérance</p>	<p>Gagner 2 points de suite Varier la taille de la zone interdite Le joueur A ne doit pas jouer 2 x dans la même zone Idem avec contrôle de la balle puis frappe</p>	<p>Matches avec service, valoriser les pts marqués en CD (winners) Idem par équipe (A-C ensemble contre B-D), toujours 1 contre 1. 1^{ère} équipe à 15 pts Etre vigilant sur le respect des consignes techniques Ramassage rapide, être prêt dès que l'échange s'arrête</p>
<p>5-Les 4 zones Jeu en simple avec service par équipe de 2. Le terrain est divisé en 4 carrés. Celui qui joue 2x de suite dans le même carré perd le point. Point libre au filet. 1^{ère} équipe à 15</p>	<p>Déplacer l'adversaire, jouer là où l'autre n'est pas</p>	<p>Idem</p>	<p>1 équipe joue librement, l'autre doit respecter la règle des 4 carrés Varier les espaces de jeu Idem forme mixte et contrôle-frappe</p>	<p>Matches libres: valoriser la construction du point Ramassage rapide, être prêt dès que l'échange s'arrête</p>
<p>6- Le Roi du court 1 joueur est le roi, les autres essaient à tour de rôle de marquer 2 points pour le remplacer. Les joueurs engagent à la cuillère depuis un endroit choisi par le coach vers une zone définie puis point libre. 2 points si le point est marqué au filet ou si le joueur réussit un point gagnant (l'adversaire ne touche pas la balle)</p>	<p>Attaque-défense Construction du point</p>	<p>Idem</p>	<p>Marquer 2 pts à la suite pour remplacer le Roi Imposer un nombre de frappes maximum pour gagner le point (inciter à être offensif) Engagement en service</p>	<p>Ramassage rapide, être prêt dès que l'échange s'arrête</p>

Jeux	Objectifs	Points clés	Evolutions possibles	Commentaires
<p>1-La bataille de volées Jeu dans les carrés de service 1 contre 1 en volée-volée, engagement neutre à la cuiller puis match en 7 points Changement d'adversaire</p>	<p>Attaquer l'espace adverse: précision des volées</p>	<p>Disponibilité (reprise d'appuis, mobilité).Prise. Plan de frappe avancé. Tonicité poignet/avant-bras Motricité: réactivité Concentration</p>	<p>Balles + ou – lentes, filet + ou - haut Idem 2 contre 2</p>	<p>En situation de partenaires: voir qui va établir le record après changements de partenaires (nombre de frappes consécutives) Ramassage rapide, être prêt dès que l'échange s'arrête</p>
<p>2-A l'abordage! 1 contre 1 sur ½ terrain avec couloir. A engage sur B et monte aussitôt au filet. B n'a pas le droit de loper sur la 1^{ère} balle. Puis c'est à B d'engager et monter. 1^{er} à 10</p>	<p>Utilisation de la volée d'approche/ volée de finition/smash</p>	<p>Disponibilité -Tenue de raquette (prise) Jeu de jambes: reprise d'appuis avant la volée Coordination, réactivité Persévérance, concentration</p>	<p>Concours entre les joueurs Balles + ou – lentes Idem 2 contre 2: les 2 joueurs doivent rester ensemble (si un monte au filet, l'autre l'accompagne)</p>	<p>Enchaîner, être prêt pour répéter + la situation Si trop de fautes: chaque joueur engage 5 fois de suite=> matérialiser la zone où doit obligatoirement s'effectuer la volée (bande au sol)</p>
<p>3-Le 3 contre 1 1 joueur A défend son terrain, les 3 autres B, C, D leur terrain de double. B et C sont au filet, D au fond du court. A engage comme il veut puis point libre. Match en 5 points puis rotation des joueurs. Concours du meilleur score</p>	<p>Défendre son espace et exploiter les balles faciles</p>	<p>Tenue de raquette, organisation précoce Equilibre Concentration Disponibilité, réactivité Persévérance, ténacité</p>	<p>Rétrécir en largeur le terrain du joueur seul pour lui faciliter le jeu ou agrandir (avec les couloirs) pour complexifier</p>	<p>Le joueur seul doit engager dans l'espace libre en cherchant à gêner l'adversaire Les joueurs se replacent à leur spot au début du point (placer des bandes au sol)</p>

Jeux	Objectifs	Points clés	Evolutions possibles	Commentaires
<p>1-Le fantôme L'enfant joue un match contre un adversaire fantôme. Il sert tout le temps. 2 sets de 4 jeux</p>	<p>Reconnaissance de situation: prise de risque selon le score</p>	<p>Position de départ, équilibre, prise Lancer de balle Concentration, relâchement</p>	<p>Donner un handicap (partir à 0-15). Donner 1 seule balle de service ou 3 balles selon l'objectif</p>	<p>Etre rigoureux sur les points clés techniques Voir qui va établir le meilleur score Positiver, encourager Comportement de l'enfant: écoute, concentration Prévoir une réserve de balle</p>
<p>2-Le jeu des cibles Les enfants sont placés par équipe de 2 ou 3. L'enseignant place 6 plots dans les carrés et chaque équipe doit viser les plots (1 point par plot touché). Chaque enfant sert 2X de suite, 1 fois à droite, 1x à gauche)</p>	<p>Recherche de variété et précision Connaître sa zone préférée Découverte de l'effet slicé et son utilisation</p>	<p>Position de départ, équilibre, prise Lancer de balle Plan de frappe, rôle du poignet Concentration, relâchement</p>	<p>L'équipe adverse place les plots. L'équipe place ses propres plots. Imposer le nombre de services, imposer de prendre un risque ou imposer un effet. Faire servir plus ou moins loin du filet. Varier le type de balles, la hauteur du filet.</p>	<p>Etre rigoureux sur les points clés techniques La confrontation entre les enfants les amènent à gérer leurs émotions Echanger avec les enfants sur l'observation des autres Prévoir une réserve de balle</p>
<p>3-Le 6 à la suite Les enfants servent 1 balle depuis 6 zones différentes du terrain dans chaque diagonale. Ils visent des cibles dans les carrés et marquent des points puis récupèrent leurs 6 balles en courant. Match au score et au temps</p>	<p>Recherche de variété et précision Régularité</p>	<p>Idem</p>	<p>Disposition des zones de départ. Imposer l'effet souhaité, la vitesse, la cible à viser Servir une série de balles à la suite Varier le type de balles, hauteur du filet</p>	<p>Idem Prévoir une réserve de balle</p>

Jeux	Objectifs	Points clés	Evolutions possibles	Commentaires
<p>1-La boîte à aces 2 enfants au retour 2 ou 4 serveurs avec 10 balles chacun sont placés derrière la ligne de service. 2 serveurs effectuent 2 services en simultané en cherchant à marquer le point. Le but du jeu est de faire le + d'aces possibles pour son équipe. Changement de diagonale et changement de relanceurs toutes les 10 balles</p>	<p>Prise de risque, recherche d'accélération</p>	<p>Prise Position de départ, équilibre. Lancer. Rythme et relâchement, engagement de l'épaule</p>	<p>Position du relanceur (ouvrir l'espace libre pour faciliter le travail du serveur en plaçant le relanceur sur une zone précise) Reculer le serveur, avancer ou reculer le relanceur. Varier les balles, la hauteur du filet</p>	<p>Etre rigoureux sur les points clés techniques Vigilance sur la sécurité (balles perdues!) Ramassage rapide, être prêt avec ses balles Comportement: concentration-engagement</p>
<p>2-Le slice à gogo Le serveur est placé près du filet dans le couloir et tente de servir en cherchant à atteindre un but collé au grillage de côté (rebond dans le carré en diagonale)</p>	<p>Sortir l'adversaire du terrain grâce au service</p>	<p>Prise Lancer, utilisation du poignet Rythme, relâchement, prise</p>	<p>Recentrer le serveur, le reculer Agrandir ou diminuer le but à viser Imposer la zone à viser dans le carré Faire servir avec petite raquette, varier les balles Mettre un relanceur</p>	<p>Etre rigoureux sur les points clés techniques Prévoir plusieurs zones sur le court pour occuper tous les enfants</p>
<p>3- Le match avec service Les enfants jouent des points en respectant les consignes de l'enseignant</p>	<p>Prise de risque Utilisation de la 1^{ère} et 2^{ème} balle</p>	<p>Idem</p>	<p>Donner 1 balle au service (travail 2^{ème} service) ou 3 balles (travail 1^{er} service) Imposer un nombre maximum de frappes après le service.</p>	<p>Etre rigoureux sur les points clés techniques Faire match court, engagement en service contre le répétiteur Volume: Matches entre enfants: prévoir les espaces pour occuper tout le monde Laisser l'enfant expérimenter (balles, espaces) et encourager Adapter les exigences. Aider l'enfant Comportement: lien de confiance</p>

Jeux	Objectifs	Points clés	Evolutions possibles	Commentaires
1-Retour canon Les enfants sont placés par paires: 1 serveur/ 1 relanceur. 1 point pour la paire si les 2 frappes sont réussies (service et retour dans la zone). Concours entre les équipes	Prendre l'ascendant dans l'échange sur la 2 ^{ème} balle en visant des zones loin du serveur Idem avec prise de balle précoce montante	Attitude dynamique, reprise d'appuis, orientation précoce des épaules Plan de frappe avancé et transfert Prise d'initiative sur la 2 ^e balle de service: attaque	Matérialiser la zone de départ ou de frappe du relanceur, imposer un décalage CD. Enchaîner retour-volée. Mettre les enfants en opposition après le service en donnant une seule balle Varier la hauteur du filet, l'espace Retour appuyé sur le joueur	Veiller à ce que le serveur effectue bien un 2 ^{ème} service Veiller à l'organisation du retour: Reprise d'appuis, orientation et frappe en avançant Idem avec un ou 2 répéteurs qui servent
2-Retour Sur 1 ^{ère} balle de service ->serveur avancé si besoin. Retour dans la diagonale avec marge de sécurité ou sur le serveur	Relancer avec sécurité et s'adapter à la vitesse de la balle	Temps de réaction. Attitude dynamique, reprise d'appuis, préparation + compacte Plan de frappe avancé	Donner 3 balles au serveur Mettre les enfants en opposition dès le service Varier l'espace	Imposer au serveur des zones à viser (par ex sur le pt faible) puis revenir à la situation avec de l'incertitude
3- Le match avec service Les enfants jouent des points par paire ou par équipe	Retourner juste selon le service (prise de risque ou contrôle)	Avoir une intention au retour sur une 1 ^{ère} et 2 ^{ème} balle de service	Modifier l'espace de jeu, la hauteur du filet Imposer le nombre de frappes maximum au relanceur	Veiller à ce que les enfants soient toujours prêts avec leurs balles Valoriser les aces et retours gagnants Donner bonus si tactique réalisée

Jeux	Objectifs	Points clés	Evolutions possibles	Commentaires
1- Corde à sauter	Vélocité Coordination haut-bas du corps	Sur l'avant des pieds Regard vers l'avant Relâchement	Pieds joints Série sur 1 pied puis l'autre 1 pied sur l'autre	Défi: qui fera le + grand nombre de sauts en un temps donné
2- Le Zig-Zag	Déplacements entre des plots en pas courus (flèches bleues) alternés avec pas chassés (flèches noires) 	Avec la raquette: Tenue de raquette (prise) Reprise de la raquette à 2 mains pour les pas chassés (posture) Saut d'allègement à chaque plot Démarrer du plot A puis du B	Espacer ou rapprocher les plots	Démarrage du joueur qui attend dès que le joueur qui le précède arrive au 4 ^e plot
3- Echelle de rythme	Vélocité Travail de différents appuis Sauts pieds joints, 1 pied puis l'autre	Sur l'avant des pieds Regard devant (non sur les pieds)	En jonglant ou dribblant avec une balle ou un ballon Sous forme de relais par équipe	

Jeux	Objectifs	Points clés	Evolutions possibles	Commentaires
4- Les passes	Adresse Les enfants sont placés par paires et se font des passes avec un ballon ou une balle. Concours de passes (la balle ne doit pas toucher le sol)	Lecture de trajectoire Coordination œil-main Equilibre Concentration	Eloigner ou rapprocher les enfants Envoi à 1 ou 2 mains, réception 1 ou 2 mains. Envoi bras cassé ou de bas en haut Variante: faire un lancer avec rebond au sol devant le partenaire	
5- L'aller-retour	Cardio Effectuer le + rapidement possible 4 allers-retours entre 2 plots espacés de 6m (toucher les plots à chaque fois) 2 enfants s'affrontent en parallèle puis les gagnants de chaque paire	Appuis Freinage Equilibre	Idem en équipes Eloigner ou rapprocher les plots	
6- Droite/Gauche	Réactivité Les enfants sont placés par paires, face à face, à 8m l'un de l'autre. Le joueur A se tient les bras écartés à l'horizontal, avec une balle dans chaque main. Le joueur B doit démarrer au moment où A lance la balle et tenter de l'attraper avant le 2 ^{ème} rebond	Disponibilité: attitude dynamique au départ A lance la balle de bas en haut (+ ou - haut) A lâche la balle	Rapprocher ou espacer les joueurs Balle + ou - vive	Donner des points et organiser concours entre les joueurs