

Les compétences EPS : Réaliser une action que l'on peut mesurer

Univers : L'UNIVERS DES NOMBRES

Compétences transversales : vers l'écriture, la lecture, le calcul (dénombrement, énumération) le civisme.

Semaine 1 / 6

Savoirs à construire : appréhender la notion d'échange; explorer les différentes façons d'agir sur la balle pour la faire rouler ; s'entraider

Objectif : échanger des balles roulées ; réaliser coups droit (paume de la main) et des revers (dos main) en réponse à une trajectoire de balle

LA SITUATION HEBDOMADAIRE

La balle voyage

But : compter le nombre d'échanges de balles réalisés avec un partenaire

Aménagement/sécurité :

4 élèves par tables. 1 balle pour 2 joueurs se faisant face de part et d'autre de la largeur d'1 demi-table.

Variation des balles utilisées : balles de ping, ballon de baudruche, tennis, balle en mousse, balle de hand, différentes tailles, couleurs



Consignes : observer attentivement la trajectoire, compter les échanges, explorer les orientations possibles de la main, des doigts, et les différentes possibilités de toucher la balle.



Critères:

- la balle reste mouvante sur la table
- se concentrer sur sa balle, sa table et son partenaire
- les échanges sont comptés
- renvoi en 1 temps : la balle est renvoyée en la repoussant de la main directement (1 seule action), et non en la saisissant pour ensuite la lancer (2 actions-2temps)
- attitude dynamique petits pas chassés (ne pas s'appuyer sur la table avec les bras)

ECHAUFFEMENT DE LA SEMAINE 1 :

Tenir la balle avec la pince formée par le pouce et l'index pour dessiner virtuellement des chiffres, des lettres, des raquettes et



autres formes diverses (arbres, vagues ...)

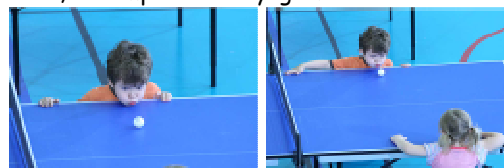
Variantes :

1. courir et s'arrêter au signal pour dessiner
2. un élève dessine, l'autre élève devine

LA PROGRESSION DE LA SITUATION EN SEMAINE 1 :

Lundi, « la balle et la table de ping-pong »

Explorer les différents moyens de faire voyager la balle sur la table : faire rouler à 2 mains, à 1 main, souffler avec la bouche, faire rebondir, faire du vent avec la main, utiliser plusieurs doigts ou qu'1 seul doigt, la paume, le dos de la main, pousser la balle avec une autre balle,... Compter les voyages.



Mardi, « la balle roulée »

Faire rouler la balle à l'aide d'1 seule main, **explorer les différentes parties de la main pour pousser la balle SANS LA SAISIR.**

Cacher l'autre main dans le dos ou sous la table

Chercher à prolonger le voyage de la balle (« voiture ») dans sa durée, de manière à la garder sur la table (« route »).

Jeudi, « variété de balles et ballons à échanger »

Explorer les possibilités de toucher la balle devant soi ou à côté de soi, à 1 main ou 2 mains jointes. **A chaque table varier les balles et les ballons utilisés** et faire circuler fréquemment les enfants d'1 table à l'autre. 1 arbitre « agent de la circulation » peut compter les voyages, les joueurs se concentrent sur la balle.

Vendredi, « 2 balles circulent en sens opposé »

Faire circuler **2 balles « voitures »** en même temps à l'aide d'1 seule main. Utiliser **tantôt la paume** de la main **tantôt le revers** de la main pour faire rouler la balle selon sa trajectoire, sa vitesse, et **en fonction de l'aisance personnelle à chacun.**

La sortie de séance : rangement, verbaliser le vécu, relaxation.

Les compétences EPS : Réaliser une action que l'on peut mesurer

Univers : L'UNIVERS DES NOMBRES

Compétences transversales : vers l'écriture, la lecture, le calcul (dénombrement, énumération) le civisme.

Semaine 2 / 6

Savoirs à construire : prise d'infos (auditives, kinesthésique et visuelles) ; manipuler la raquette pour toucher la balle ; s'entraider

Objectif : tenir et régler correctement sa raquette pour assurer des échanges en balles roulées à compter.

LA SITUATION HEBDOMADAIRE

La raquette dirige la balle dans ses voyages

But : faire circuler le plus longtemps possible les balles roulées avec la raquette et un partenaire.

Règle d'or : la table ou route, est le territoire de la balle ou voiture, le sol est le territoire des piétons ou joueurs

Aménagement/sécurité : 1 table pour 2 ou 4 élèves. 1 balle pour 2, 1 raquette par élève. Les 2 joueurs se font face de part et d'autre de la largeur d'1 demi-table.



Consignes :

- tenir sa raquette correctement,
- ressentir le contact raquette balle,
- se régler, se débrouiller pour renvoyer et faire le tour de la table s'il le faut, pour ne pas s'appuyer sur la table (interdit)

Critères de réussite pour les élèves :

- idem à la séance 1
- + La prise en main de la raquette

Complexifier : alterner la touche d'une ligne au sol avec la main et la touche de balle avec la main. Obliger ainsi l'élève à se déplacer et à prendre du recul par rapport à la table.

ECHAUFFEMENT DE LA SEMAINE 2 :



1. Dessiner avec la raquette, écrire des chiffres, des lettres.

Règle d'or : Bien tenir sa raquette pour bien jouer, c'est comme tenir correctement son crayon pour bien dessiner.

2. courir et s'arrêter au signal pour vérifier les prises de raquette.
3. au signal, se stopper, tenir l'équilibre sur 1 pied, et dessiner.

LA PROGRESSION DE LA SITUATION EN SEMAINE 2 :

Lundi, Explorer la raquette et les différents moyens de faire voyager la balle sur la table : faire rebondir, faire rouler, pousser, broser, faire du vent avec la raquette, utiliser le tranchant, la palette ou le manche de la raquette, à l'aide d'une 2e raquette, de l'autre main,... Tolérance importante sur la prise de raquette pour la 1^{ère} séance de découverte.

Mardi, Faire rouler la balle à l'aide de la seule main tenant la raquette : chercher les meilleures solutions pour prolonger le voyage : rythme, utiliser le poignet...

Règle d'or : Placer la main libre dans le dos. « table/route brûlante, seule la balle/voiture peut la toucher »

Jeudi, tournez manège :

Faire des tours complets de table pour échanger les balles. Les échanges se font en balles roulées à l'aide de la raquette.

Simplifier : revenir momentanément à l'utilisation de la main nue.

Complexifier : Varier le sens de rotation et les rythmes d'échange

Vendredi,

Voyages avec 2 balles « voitures » sur la table « route », sans « accident » et « sortie de route ». Les 2 partenaires mettent en jeu en même temps leurs balles, en les faisant rouler à l'aide de la raquette, et sans utiliser la main libre.

Simplifier :

- revenir un moment à l'utilisation de la main nue
- ou revenir un moment au jeu à 1 balle
- ou permettre de stopper la balle avant renvoi

La sortie de séance :

Verbaliser le vécu : comment faire mieux ? Qui souhaite expliquer et montrer ? Qui sont les experts des voyages ?

Retour au calme et rangement : les élèves s'allongent sur le dos, les yeux fermés, avec balle et raquette posées contre les jambes. Les plus calmes sont libérés par l'enseignant, et libèrent à leur tour leurs camarades en récupérant leurs balles et raquettes.

Les compétences EPS : Réaliser une action que l'on peut mesurer

Univers : L'UNIVERS DES NOMBRES

Compétences transversales : vers l'écriture, la lecture, le calcul (dénombrement, énumération) le civisme.

Semaine 3 / 6

Savoirs à construire : notion de rebonds simples (chute, impact, montée, sommet, descente), et multiples (compter)

Objectif : explorer les notions de rebonds, trajectoires, et rythme de balle à échanger.

LA SITUATION HEBDOMADAIRE

La balle kangourou

But : avec son partenaire, réaliser le plus grand nombre de voyages de balle kangourou en la maintenant sur son territoire, la table, et dans sa maison, la bassine.

Aménagement/sécurité :

- 1 à 2 table(s) avec ou sans filet, pour 2 à 4 élèves selon les situations.

- Bassines avec 5 balles kangourou. Bassines vides pour récupérer les balles kangourou avant leur chute au sol

- SANS raquette du lundi au jeudi.

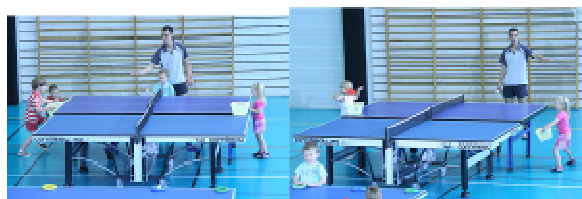
Consignes de réalisation et remédiation :

- **bondir et rebondir** pour se placer sur la trajectoire des rebonds de balle

- **se stopper pour rattraper** ou diriger correctement la balle.

- **S'écarter de la table pour le ne pas être brûlé ou griffé** : table brûlante et balle kangourou

Critères : Nombre maximum d'échanges réalisés, selon les contraintes des différents développements proposés dans la semaine.



Développer/Complexifier :

la bassine est systématiquement posée au sol avant et après chaque capture, obligeant ainsi le joueur à prendre de la distance par rapport à la table, et à fléchir les genoux.

ECHAUFFEMENT DE LA SEMAINE 3 :

Faire circuler la balle à rouler devant soit d'1 paume de main à l'autre.

Variantes : 1 ou 2 raquettes et/ ou mains nues ; sur sol ou table

LA PROGRESSION DE LA SITUATION EN SEMAINE 3 :

Lundi, « la balle kangourou »

Explorer les différents moyens de faire rebondir et de saisir la balle et la faire « voyager » ainsi le plus longtemps possible.

Variantes : variétés de balles (tailles, matière, couleur)

Aménagement : Table **sans** filet, joueur dans l'axe de la **longueur**.

Mardi, « Passe Attrape Ping Pong » sur 2 tables réunies

Faire des lance/attrape avec la balle de ping-pong et son partenaire, avec 2 rebonds sur la table : PING ! **et** PONG !

La capture de la balle kangourou se fait avec une bassine.

Consigne : Doser la force du lancer, diriger le lancer de haut vers le bas et de l'arrière vers l'avant.



Aménagement : dans la longueur de **2 tables réunies sans filet**

Simplifier :

- si réaction trop tardive : autoriser un nombre illimité de rebonds (plus que 1) pour augmenter le temps de réaction

Complexifier :

- exiger 2 rebonds maximum, avec obligation de rattraper la balle avant sont 3^e rebond : « **1 ! 2 ! Capture !** »

- capturer sans la bassine, à l'aide des 2 mains jointes en cuvette.

Jeudi, Sur 1 seule table munie d'un filet,

réaliser et compter un maximum d'échanges de lancer - attraper de balle, un utilisant plusieurs rebonds.

Utiliser les 2 mains réunies en cuvette, pour capturer la balle.

Simplifier : revenir à l'utilisation de la bassine pour capturer.

Complexifier :

- lancer la balle kangourou en faisant des petits « pièges » pour éviter sa capture : s'échapper à droite / à gauche de la bassine

- saisir la balle avec les doigts d'1 ou 2 mains.

Vendredi, la pâte du koala pousse la balle kangourou !

Envoyer la balle à l'aide de la raquette « la pâte du koala »

Ne pas frapper le kangourou, mais le pousser pour le guider.

Capturer à l'aide de la bassine.

La sortie de séance : voir séance 1.

Les compétences EPS : Réaliser une action que l'on peut mesurer

Univers : L'UNIVERS DES NOMBRES

Compétences transversales : vers l'écriture, la lecture, le calcul (dénombrement, énumération) le civisme.

Semaine 4 / 6

Savoirs à construire : distinguer la passe/attrape de l'échange/renvoi ; savoir pousser la balle, sans la frapper ; tolérer les erreurs du partenaire

Objectif : entrer en contact avec la balle rebondissante, diriger sa touche sur la table et vers le partenaire

LA SITUATION HEBDOMADAIRE

Le kangourou et la patte du koala.

But : diriger et intercepter les balles/kangourou à l'aide de la raquette/koala.



Aménagement/sécurité : 1 table pour 2 ou 4 élèves. 1 balle pour 2, Bassines, cartons, raquettes.

Consignes : observer la trajectoire, intercepter et choquer la balle, compter les renvois, se régler, se débrouiller. adapter la distance de jeu par rapport à la table « ne pas se coller », « table brûlante », « la balle va rebondir sur le nez ! »

Critères:

- Nombre maximum d'échanges réalisés
- dans le temps donné,
- sans la faire tomber de la table,
- dans les modalités de circulation données
- dans les différents développements proposés

ECHAUFFEMENT DE LA SEMAINE 4 :

Tempo et rebonds avec la balle - kangourou

Compter le nombre de rebonds que la balle/kangourou réalise avant de se stopper au sol.

Sauter en même temps que la balle/kangourou

Frapper des mains en même temps que les rebonds de la balle/kangourou

1. Balle/kangourou lâchée à la main
2. Balle/kangourou lancée à l'aide de la main
3. Balle/kangourou poussée à la verticale avec la raquette

LA PROGRESSION DE LA SITUATION EN SEMAINE 4 :

Lundi, « faire sauter la balle »

Sans la stopper ou l'attraper, explorer les différents moyens de renvoyer la balle « kangourou » à l'aide de la raquette/pâte du koala.

Aménagement : Table sans filet, 1 à 2 arbitres par table, + 2 joueurs et 2 raquettes, une bassine de 5 balles.

Déroulement : Lorsque les 5 tentatives d'échanges sont finies, ramasser les 5 balles et recommencer.

Simplifier : en demandant beaucoup de rebonds sur la table (3 ou 4 ou +)

Complexifier : en exigeant un nombre limité de rebonds (1 ou 2 ou 3)

Mardi, capturer avec la bassine la balle envoyée avec la raquette

Aménagement : table avec filet, 1 raquette pour 2, 1 bassine de 5 balles, et une bassine vide pour capturer.

Déroulement : après les 5 envois et les 5 tentatives de capture avec bassine, ramasser les balles tombées au sol et inverser les rôles.

Simplifier : en demandant beaucoup de rebonds sur la table

Complexifier : en exigeant un nombre limité de rebonds (1 ou 2)

Jeudi : renvoi avec l'extérieur de la bassine retournée

Aménagement : table sans filet, 1 raquette pour 2, 1 bassine de 5 balles, et une bassine vide pour renvoyer

Déroulement : après les 5 envois et les 5 tentatives de capture avec bassine, ramasser les balles tombées au sol et inverser les rôles.

Simplifier : en demandant beaucoup de rebonds sur la table

Complexifier : en exigeant un nombre limité de rebonds (1 ou 2)

Vendredi : renvoi avec la raquette « pâte du koala »

Aménagement : table avec filet, 2 raquettes, 1 pour 2, 1 bassine 5 balles.

Déroulement : après les 5 envois et les 5 tentatives de renvoi avec la raquette, ramasser les balles tombées au sol et inverser les rôles.

Simplifier :

- en demandant beaucoup de rebonds sur la table

- Renvoi avec la raquette coincée entre les deux paumes de mains

Complexifier : en exigeant un nombre limité de rebonds (1 ou 2)

La sortie de séance : Voir séance 1

Les compétences EPS : Réaliser une action que l'on peut mesurer

Univers : L'UNIVERS DES NOMBRES

Compétences transversales : vers l'écriture, la lecture, le calcul (dénombrement, énumération) le civisme.

Semaine 5 / 6

Savoirs à construire : comprendre les règles des territoires de jeu ; occuper l'espace pour toucher la balle ; attendre que le partenaire soit prêt

Objectif : réaliser des échanges sans toucher la table avec le corps respectant les variations d'espace et la règle commune

LA SITUATION HEBDOMADAIRE

Les balles voyagent

But : réaliser un maximum d'échanges de balle avec son partenaire dans les différentes règles des quatre ateliers qui se succèdent.

Règle : la table est le territoire de la balle ; le sol est le territoire des joueurs

Aménagement/sécurité : 4 ateliers ; balles de ping-pong ; raquettes ; 12 tables : 6 avec filet ; 6 sans filet ; 3 tables évolutives ou tables basses (autres que table de ping-pong), bassine

Utilisation de fiches d'évaluations sur lesquelles on peut colorier le nombre maximum d'échanges atteint.

Critères : entrer en contact avec la balle, garder la balle sur la table, compter les touches, les renvois et les échanges.

Consignes : écouter les règles, se placer au bon endroit à la table, observer la trajectoire, intercepter et choquer la balle, compter les renvois, se régler, se débrouiller. adapter la distance de jeu par rapport à la table « ne pas se coller », « table brûlante », « la balle va rebondir sur le nez ! »

Laisser les raquettes sur la table avant de changer d'atelier.



ECHAUFFEMENT DE LA SEMAINE 5 :

Courses pas chassés raquettes empilées !

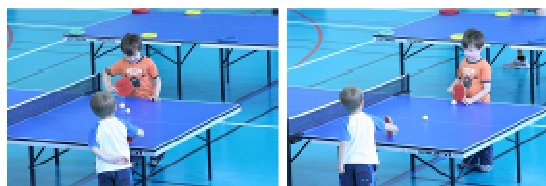
Idem séance 4. Evolution : faire semblant de taper la balle à chaque sommet de rebond, en revers, en coup droit.

LA PROGRESSION DE LA SITUATION EN SEMAINE 5 :

ATELIER 1 : DES BALLE A FAIRE ROULER dans la largeur.

Aménagement : table sans filet, avec deux balles de ping-pong de couleurs différentes, pour des échanges en balles roulées à une seule main dans la largeur.

Au choix : à la main ; avec la raquette.



Complexifier : alterner la touche d'une ligne au sol avec la main et la touche de balle avec la main. Obliger ainsi l'élève à se déplacer et à prendre du recul par rapport à la table.

ATELIER 2 : PING PONG SANS FILET

Aménagement : table sans filet et avec raquette, pour des échanges avec rebonds dans la longueur.

Simplification : lancer à la main, renvoyer avec raquette coincée entre les deux paumes de main.

ATELIER 3 : PASSES ATTRAPES PING-PONG

Aménagement : 1 ou 2 table(s) réunies avec filet, et une bassine par joueur, pour des passes et attrapes.

ATELIER 4 : PING-PONG AVEC FILET SURELEVE:

Échanges libres au choix : avec rebonds par dessus le filet ou en balle roulée sous le filet ; avec ou sans raquette.

La sortie de séance : voir séance 1.

Les compétences EPS : Réaliser une action que l'on peut mesurer

Univers : L'UNIVERS DES NOMBRES

Compétences transversales : vers l'écriture, la lecture, le calcul (dénombrement, énumération) le civisme.

Semaine 6 / 6

Savoirs à construire : distinguer le rouler, rebondir, lancer, l'attraper, renvoyer, la paume, le dos de la main, compter

Objectif : réaliser des échanges dans des modalités variées

LA SITUATION HEBDOMADAIRE

LES CONCOURS D'ECHANGE !

But : au signal, faire durer l'échange plus longtemps que les adversaires

Critères :

- la balle circule sur la table,
- la main libre est dans le dos
- arrêter de jouer lorsque la balle est sortie de table.

Consignes :

- attendre le signal de l'enseignant pour commencer
- mémoriser les variantes des échanges à réaliser
- compter les échanges, se régler, se débrouiller.
- avoir un contact fin de la balle, ne pas frapper mais pousser la « petite bête ».

Aménagement/sécurité :

Les enfants se répartissent à 4 par table de la façon suivante :

LES ATELIERS balles roulées

SUR X TABLES, les balles roulent :

2 dans la largeur d'une 1ère demi-table : 2 balles à faire rouler main nue (2^e main dans le dos)

+

2 dans la largeur de la 2e demi-table : 1 balle à faire rouler à l'aide de la raquette,

LES ATELIERS balles rebonds :

SUR X TABLES les balles rebondissent :

2 dans la largeur d'une 1ère demie table : 1 balles à faire rebondir main nue avec la paume de main (coup droit)

+

2 dans la largeur de la 2e demie table : 1 balle à faire rebondir à l'aide de la raquette en REVERS

FAIRE EVOLUER / COMPLEXIFIER :

échanges à réaliser dans l'axe de la longueur.

ECHAUFFEMENT DE LA SEMAINE 6 :

Explication du concours et du coup à utiliser.

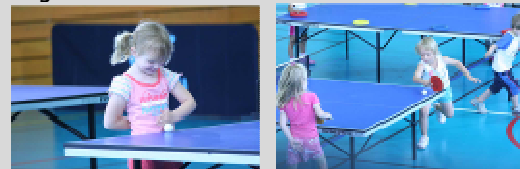
Se concentrer pour renvoyer les balles, à garder sur la table, et à traiter avec soin tels des bébés kangourous qui apprennent à sauter dans la prairie, sans en sortir au risque de se perdre.

LA PROGRESSION DE LA SITUATION EN SEMAINE 6 :

Consignes techniques développées

LE REVERS roulé:

- Echange sans raquette avec 1 seule balle, à faire rouler, dans la largeur de la table, avec le dos de la main.



- Idem avec la raquette, contact côté dos de la main où se place l'index, alors que le pouce est dans le champ de vision, devant soi. On peut brosser la balle par au-dessus ou la pousser de face

Consignes techniques développées

LE COUP DROIT roulé :



- A 1 main, puis avec la raquette. C'est le côté paume de main qui entre en contact avec la balle, en se posant à côté de sa trajectoire.

Consignes techniques développées

LE REVERS « à rebonds » :

- Dans la largeur de la table, un joueur envoie la balle à la main avec le maximum de rebond, l'autre joueur utilise sa raquette pour renvoyer la balle.
- C'est la face de raquette où est posée l'index, face revers de main qui permet de réaliser un revers.

Consignes techniques développées

LE COUP DROIT ou paume de la main pour faire rebondir la balle» :

- Dans la largeur de la table, 1 joueur envoie la balle à la main avec le maximum de rebond, l'autre joueur utilise sa paume de main pour renvoyer la balle.
- se placer en biais à côté de la trajectoire de la balle, pour la pousser avec la paume de main

La sortie de séance : voir séance 1.

Les compétences EPS : adapter ses déplacements à différents types d'environnements ou contraintes variées
Univers : à la pêche
Compétences transversales : connaissances du monde naturel, connaissance du corps

Semaine 1/6

Savoirs à construire : les repères autour de la table ; explorer différents types de courses et de rythmes ; respecter le top départ
Objectif : se déplacer vite par des courses dont la finalité est la manipulation fine de balles de ping-pong.

LA SITUATION HEBDOMADAIRE

la pêche aux perles



But : 2 élèves font la course navette (A/R) pour récupérer et déposer les balles/perles dans les bassines/huîtres, dans des contraintes variées.

Aménagement/sécurité :

1 table pour 4, 2 joueurs, 2 arbitres, nombre de bassines variable de 3 à 4 par table, nombre de balles variable de 5 à 10 par table. On veillera aux coins de table.

Consignes :

Saisir, courir, déposer, accélérer, respecter
Réaliser les différentes modalités de saisie, de course, de dépôt de balle.

Critères :

- saisir 1 balle à la fois
- réaliser différents types de déplacements
- le déplacement est rapide
- les différentes modalités sont respectées (saisie, dépôt, course)

Variables didactiques :

- nombre de bassines :
- nombre de balles par bassines : détermine le nombre de courses
- emplacement des bassines : au sol et/ou sur la table
- dépôt des balles dans la bassine : main nue pour poser ou lancer ou relâcher les balles /glisser ; avec raquette pour relâcher glisser ou avec 2 raquettes pour saisir et lâcher ou déposer.
- pose de la bassine : normale ou retournée
- distance entre les bassines :
- type de déplacement : pas chassés, pas chassés sautés, pas chassés pieds écartés, pas chassés pieds écartés glissés au sol, course classique etc.
- obstacles à la course : cerceau à contourner, corde(s) à sauter ...

ECHAUFFEMENT DE LA SEMAINE 1 :

Echauffement traditionnel : trot, sollicitation de l'ensemble des articulations, sprint, sauts ...
Explication des ateliers

LA PROGRESSION DE LA SITUATION EN SEMAINE 1

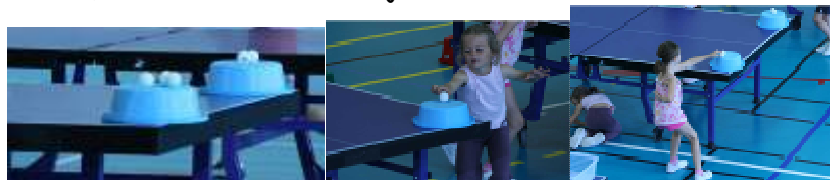
Lundi : 4 bassines (2 avec 4 balles, 2 vides) posées aux 4 coins de table. 2 joueurs + 1 ou 2 arbitres.



Déroulement :

Les modalités de courses sont libres, au choix des enfants.
L'enseignant sensibilisera les enfants aux notions de **sécurité** : vigilance pour les chocs aux coins de table ou aux poteaux du filet, notion de flexion dans les genoux et maintien de l'axe de la colonne vertébrale durant toutes les phases du déplacement. Il incitera les élèves à tenter plusieurs façons de se déplacer. Celles-ci seront évoquées en bilan.

Mardi, 4 bassines/table et 2 joueurs + 1 ou 2 arbitres



Variante : poser la bassine à l'envers : pour travailler l'adresse en fin de course (ne pas faire tomber les balles saisies et déposées)

Jeudi, attention obstacles !

- bassines posées au sol (2 sur 4 ou 4 sur 4)



- obstacles à la course : cerceau à contourner/corde(s) à sauter...

Vendredi,

Variantes des situations à **adapter** selon les différents niveaux au sein de la classe et à **composer** avec les variables didactiques proposées ci-contre.

Conclusion des séances de la semaine :

Les élèves reviennent au calme en se transformant en huîtres, allongés sur le dos, les bras le long du corps, paume vers le plafond, avec une perle dans chaque paume. Ils sont délivrés pour se lever, se changer et se ranger, lorsque l'enseignant vient retirer les perles.

Les compétences EPS : adapter ses déplacements à différents types d'environnements ou contraintes variées
Univers : à la pêche
Compétences transversales : connaissances du monde naturel ; lien entre la tenue du stylo et de la raquette

Semaine 2/6

Savoirs à construire : se déplacer latéralement en regardant devant soi ; viser une cible ; respecter des rôles distincts
Objectif : se déplacer vite et précisément par rapport à la balle à saisir ; améliorer les pas chassés et la prise de raquette

LA SITUATION HEBDOMADAIRE

Les crabes



But : faire la course pour saisir puis faire rouler des balles par une frappe vers la cible

Aménagement : tables sans filet ou avec 1 filet surélevé en tirant les poteaux vers le haut, 2 à 4 bassines avec 3 à 5 balles disposées aux 4 coins de la table ou autour de la table au sol, cerceaux, cordes.

Consignes : Saisir/courir/poser/tirer
La frappe de la balle/crabe est plus efficace si on la brosse : elle tourne comme une roue.



Attitudes initiales et remédiation

- la balle est lancée : une feuille repère (format A4) pour poser la balle puis tirer
- l'élève s'appuie sur la table : la table est brûlante, on la touche, on se disqualifie.

Critères :

- réaliser le type de course demandé
- réaliser le « poser » puis frapper

Variables didactiques :

- les cibles à viser : vers bassine vide posée au sol ; vers balles cassées posées sur la raquette ; vers bassine tenue par le récupérateur...
- le tir : face de la main, de la raquette
- la course : type de déplacements (pas chassés, pas chassés sautés, pas chassés pieds écartés, pas chassés pieds écartés glissés au sol, course classique,...)
- obstacles à la course : cerceau à contourner, corde(s) à sauter etc.

ECHAUFFEMENT DE LA SEMAINE 2 :

Pas chassés menés par le roi des crabes, à suivre en miroir. Sans raquette, puis avec la raquette tenue correctement : la pince du crabe saisit la base de la palette.
Variante : à faire en duo 1 contre 1.



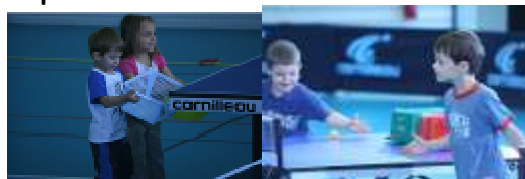
LA PROGRESSION DE LA SITUATION EN SEMAINE 2 :

Lundi, Course et tir main nue en 1 contre 1 :

Courir/saisir/courir/poser/brosser la balle vers la cible
Variantes : varier/mixer différents types de déplacements ; atelier hors table, même principe de jeu mais au sol

Mardi, deux équipes, 3 rôles par équipe :

Le coureur fait la course de pas chassés pour saisir et déposer la balle au tireur qui fait rouler la balle sur la table vers le récupérateur.



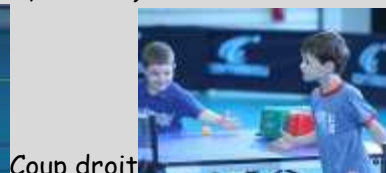
Variantes : pas chassés à l'aller, course libre au retour

Jeudi, Face à Face : Tir en revers (dos de la main)

Variantes : d'abord main nue puis avec la raquette (côté index) ; varier les types de déplacements utilisés ; poser un obstacle à la course (cerceau, corde...)



Revers

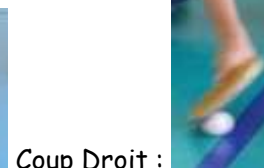


Coup droit

Vendredi, Face à Face : Tir coup droit (paume)



Revers :



Coup Droit :

Variantes : d'abord main nue avec la raquette (côté pouce), varier les types de déplacements utilisés ; poser un obstacle à la course (cerceau, corde...)

Conclusion des séances de la semaine : Les enfants font l'étoile des mers : ils sont allongés sur le dos au calme, les bras et les jambes écartés, en attendant d'être appelés pour se ranger en silence.

Les compétences EPS : adapter ses déplacements à différents types d'environnements ou contraintes variées
Univers : à la pêche
Compétences transversales : connaissances du monde naturel, connaissance du corps

Semaine 3/6

Savoirs à construire : accepter la perte partielle d'appui pour éviter des obstacles, sauter et s'équilibrer, attendre son tour.

Objectif : Réaliser en pas sautés un parcours finalisé par un lancer.

LA SITUATION HEBDOMADAIRE

Aventures de la plage vers la mer

But: petit parcours multi-bonds menant à un lancer/frapper de balle vers la table.

Déroulement :

bondir d'un cerceau (rocher) à l'autre pour, selon la situation, lancer/frapper ou viser la balle(cailloux/bouée/perle) en direction de la table/mer.

Aménagement : 3 à 6 enfants par table/atelier. Table sans filet. 4 à 6 cerceaux (ou ronds tracés au sol à la craie) répartis en 3/3 de part et d'autre de 2 lignes parallèles et décalés les uns des autres.

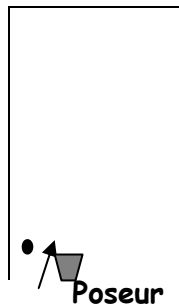
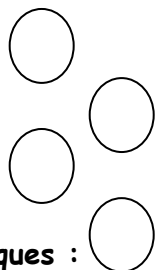
Le 6^e cerceau se trouve proche de la table, à 50 cm du coin gauche de la table.

Les ronds sont les « rochers de la plage » sur lesquels prendre appuis et à partir desquels lancer ou frapper une balle (« perle », ou « bouée »).

Récupérateur

Craie, raquettes, balle de ping-pong, ballons de baudruches ou ballon en mousse

Faire rouler balle ou frapper le ballon de baudruche



Variables didactiques :

Passage des cerceaux : bond pieds joints, cloche-pied multiples, foulée bondissante avec appui unique (1pied)

Jet de balle : lancer, poser et faire rouler main nue, poser et faire rouler avec la raquette, en coup droit, en revers.

Nombre de cerceaux à passer :

Nombre de balles à lancer / tirer :

Projectiles/Cibles : balles/bassines variées...

ECHAUFFEMENT DE LA SEMAINE 3 :

courir pieds nus, comme à la plage et au signal, tenir l'équilibre sur un pied et tenir correctement la raquette. Commencer en chaussettes pour mieux ressentir les appuis et le contact au sol sur l'avant et l'intérieur du pied, vers le gros orteil. Puis continuer avec chaussures de sport.

LA PROGRESSION DE LA SITUATION EN SEMAINE 3

Lundi: les sirènes

Les enfants/sirènes bondissent à pieds joints d'un cerceau/rocher à l'autre.

Après le dernier cerceau, ils font rouler la balle/perle en la brossant avec la paume de main. La cible est la bassine/huître, tenue par le récupérateur. La balle/perle est posée sur la table par un partenaire (le poseur).

4 cerceaux

Mardi, les sirènes et les enfants

5 cerceaux et possibilité de sauter avec un seul appui par cerceau, comme peuvent le faire des enfants et non les sirènes. Améliorer le brosser de la balle avec la paume, avec le bras à côté de soi et la flexion avant-bras sur bras.

Jeudi, la bouée de secours et le sauveteur

6 cerceaux et ballon de baudruche à frapper

Le ballon de baudruche est une bouée posée sur la table/plage par le poseur/sauveteur2. Le sauveteur1 réalise des bonds sur les rochers de la plage (les cerceaux) pour frapper la bouée et l'envoyer vers l'enfant en mer/récupérateur à l'autre bout de la table.

Vendredi, Perles et bouées

Avec raquette

La balle ou le ballon est brossé ou frappé à l'aide de la raquette.

Si balle de ping-pong posée, brosser avec la raquette (ou avec la paume de main, plus facile)

Si ballon de baudruche, frapper avec la raquette.

Simplifier en revenant main nue si le contact n'est pas juste.

Conclusion des séances de la semaine :

Les enfants font l'étoile des mers : ils sont allongés sur le dos au calme, les bras et les jambes écartés au maximum, en attendant d'être appelés pour se ranger en silence.

Les compétences EPS : adapter ses déplacements à différents types d'environnements ou contraintes variées
Univers : à la pêche
Compétences transversales : connaissances du monde naturel, connaissance du corps

Semaine 4/6

Savoirs à construire : coordonner sauts et lancers, s'engager lucidement dans l'action, prendre confiance
Objectif : surmonter des obstacles à vitesse progressive et finaliser par un lancer.

LA SITUATION HEBDOMADAIRE

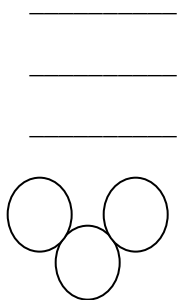
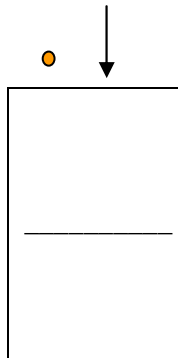
Plage et jeux de balles !

But: relais et parcours finalisés par des balles à lancer ou à faire rouler.

Aménagement : tables avec ficelles à la place du filet, plots, lattes, ficelles, cerceaux, banc, tapis.

Déroulement :
Un parcours à difficultés progressives amène les élèves vers la table.
Celle-ci doit être contournée ou traversée par-dessous (lorsque c'est possible), pour ensuite passer la balle au joueur suivant.
Ce passage de relais se fait selon le développement de la situation par un lancer de balle ou une frappe de balle.

Lancer la balle au-delà de la table pour passer le relais au partenaire suivant



Critères:
-aller au bout du parcours
-passer le relais
-terminer le relais avant les autres équipes.

ECHAUFFEMENT DE LA SEMAINE 4 :

Courir et au signal, s'arrêter dans un cerceau et saisir la balle qui s'y trouve.
Enlever le nombre de cerceaux au fur et à mesure.

LA PROGRESSION DE LA SITUATION EN SEMAINE 4

Lundi : voir SCHEMA

Cerceaux (pieds joints + pieds écartés) puis lattes (ou ficelles) mènent à la table-plage.

Evolution : faire rouler la balle ; puis la lancer ; viser les cibles

Mardi : reprise et amélioration de la veille

Possibilité d'apporter des variations de parcours : plots à contourner, slalom et pas chassés, etc.

Jeudi,

Equilibre sur banc, vite en rampant, et relais en tapant

Passer sur un banc, réceptionner la balle, passée par les partenaires, puis ramper sous une table, se relever, se retourner et lancer la balle au suivant sur le banc.

Déroulement : à faire par équipes de 4 à 6. Les partenaires assurent la traversée du banc de leur coéquipier et la réception le passage du relais lors de la frappe de balle du partenaire précédent.

Evolution : traversée du banc avec raquette posée en équilibre sur la paume de la main, puis sur le dos de la main, puis passer le relais en frappant la balle au suivant (à la sortie du passage sous la table).

Vendredi, reprise et amélioration des parcours.

Conclusion des séances de la semaine : Les enfants font l'étoile de mer : ils sont allongés sur le dos au calme, les bras et les jambes écartés au maximum, en attendant d'être appelés pour se ranger en silence.

Les compétences EPS : adapter ses déplacements à différents types d'environnements ou contraintes variées
Univers : à la pêche
Compétences transversales : connaissances du monde naturel, connaissance du corps

Semaine 5/6

Savoirs à construire : s'engager lucidement dans l'action, éviter des obstacles, réaliser un projet d'action
Objectif : réaliser des déplacements avec contraintes de manipulation et de rencontres d'obstacles

LA SITUATION HEBDOMADAIRE

Pêche aux coquillages et chasse aux moustiques.

But : saisir et déposer des balles à l'aide de raquettes, adapter ses déplacements aux obstacles et aux tirs adverses.

Aménagement : tables, cerceaux, bassines, balles.

Les cerceaux sont posés au sol et représentent les coquillages lorsqu'ils sont pourvus de balle. Ils représentent le panier de pêche lorsqu'ils sont vides.

Consignes : saisir la balle à l'aide de 2 raquettes, une dans chaque main.

Lancer, viser, saisir, se régler, sentir, éviter, esquiver, observer, réagir.

Critères :

Atteindre l'adversaire avec le lancer de balle. Se déplacer et saisir sans se faire toucher.

Nombre de touches réussies.

L'attaque des moustiques :



Variables didactiques :

Attraper : entre 2 raquettes ; entre 2 index ; entre 2 poings ; entre 2 paumes ; entre la pince pouce/index

Disposition des cerceaux (panier de pêche) :

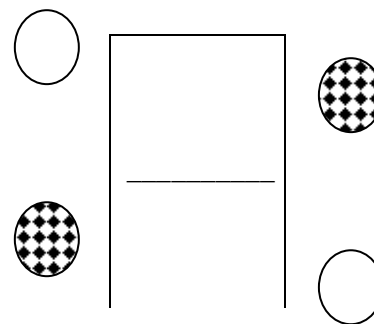
Type de déplacement : course libre, pas chassés, cloche-pied, mixte,...

ECHAUFFEMENT DE LA SEMAINE 5:

Courir et au signal, s'arrêter dans un cerceau et saisir les raquettes. Tenir correctement les raquettes.
Enlever le nombre de cerceaux au fur et à mesure

LA PROGRESSION DE LA SITUATION EN SEMAINE 5

Lundi : la pêche aux coquillages, une raquette dans chaque main.



Saisir 1 par 1 les balles/coquillages dans la bassine pleine pour les déposer le plus vite possible dans la bassine vide/panier de pêche.

Mardi : la pêche aux coquillages, reprise et développement.

Varié la disposition des cerceaux/panier de pêche : au sol, sur la table, distance ...

Jeudi : les moustiques attaquent le pêcheur (photo)

Sur la table, se trouve 1 bassine avec 5 balles de ping-pong, les « coquillages » Et à l'opposé au sol 1 bassine vide : le panier de pêche.

En face, 2 bassines disposées aux 2 coins de table opposés, avec 3 balles par bassine, les 6 « moustiques ».

Consignes :

Pendant que le pêcheur effectue à pleine vitesse la navette entre les coquillages qui se trouvent en mer (table) et son panier au sol, les moustiques tentent de l'atteindre.

Les moustiques sont des balles lancées par l'adversaire depuis l'autre côté de la table.

Tirer les balles, une après l'autre, en prenant alternativement une balle dans la bassine de droite et une autre balle/moustique dans la bassine de gauche.

Vendredi : les moustiques attaquent le pêcheur

Reprise et amélioration.

Conclusion des séances de la semaine :

L'étoile des mers

Les compétences EPS : adapter ses déplacements à différents types d'environnements ou contraintes variées
Univers : à la pêche
Compétences transversales : connaissances du monde naturel, connaissance du corps

Semaine 6/6

Savoirs à construire : observer les obstacles ; s'engager dans un déplacement adapté ; se concentrer sur le but
Objectif : se déplacer vite et précisément par rapport à la balle à percuter

ATELIERS

But : évoluer de table en table, d'atelier en atelier, pour réaliser le déplacement et la finalité appropriée à la situation.

Critères:

Se remémorer les jeux et situations.
Mettre et remettre le matériel à sa place.

Consigne : faire appel à la mémoire collective pour reprendre les situations vues durant les 5 premières semaines, faire parler, énumérer les actions, expliquer le but.

ECHAUFFEMENT DE LA SEMAINE 6 :

Echauffement traditionnel : trot, sollicitation de l'ensemble des articulations, sprint, sauts,...

Explication des ateliers


LA PROGRESSION DE LA SITUATION EN SEMAINE 6

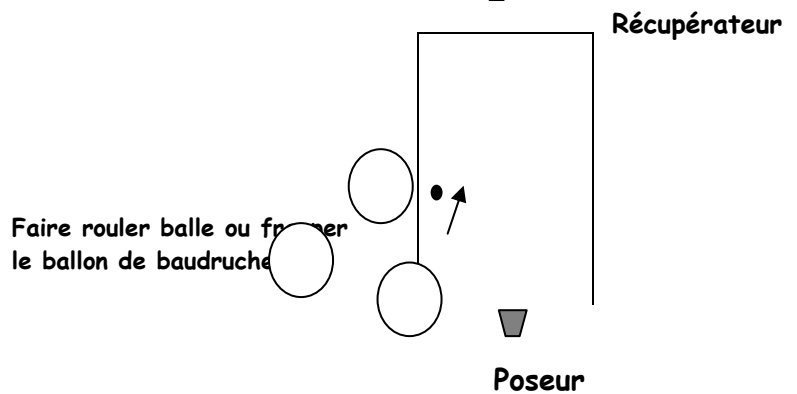
Atelier n°1 : La pêche aux perles



Atelier n° 2 : Les crabes



Atelier n° 3 : Bouée, sirènes et uveteurs



Atelier n°4 coquillages et moustiques



Conclusion des séances de la semaine : L'étoile des mers.

Les compétences EPS : Coopérer et s'opposer individuellement ou collectivement
Univers : LES AVENTURIERS

Compétences transversales : connaissances du monde naturel, se concentrer

Semaine 1/6

Savoirs à construire : identifier les différents rôles ; connaître et appliquer les règles de l'échange ; coopérer, s'entraider

Objectif : coordonner prise d'informations et interception pour échanger plusieurs balles roulées

LA SITUATION HEBDOMADAIRE

TEMPETE SUR L'OCEAN

But : faire rouler un nombre progressif de balles sur la table à l'aide de la main nue, puis de la raquette.

But imagé : coopérer pour naviguer sans naufrage, quels que soient le nombre de balles/bateaux, l'humeur du vent et les changements soudains de circonstances/rythme des échanges.

Aménagement/sécurité et rôles :

Demi-tables bleues = l'océan

Elèves 1 et 2 = marins

Balles = bateaux

Elèves 3 et 4 = sauveteurs

Navigation multi - balles, dans la largeur d'1 demi-table, puis d'1 table entière.

Bateaux = les balles

Naviguer = faire rouler la balle en la poussant avec la main sans la tenir avec les doigts et sans l'arrêter.

Collision = 2 balles-bateaux se touchent.

Naufrage = la balle-bateau sort de la table et tombe, ou la balle touche le filet.

Sauveteurs = élèves placés sur les côtés de la table, donnant un coup de main aux marins qui perdraient le contrôle de leurs balles-bateaux.

Si les tables sont vertes, les balles deviennent des souris et la table une prairie...

Critères:

- durée de l'échange
- qualité de l'échange : la balle est brossée
- respect de la règle d'or : ne pas s'appuyer sur la table avec la main libre, ne pas toucher la table avec le corps
- nombre de balles en jeu

Variables didactiques :

- utilisation de la main pour faire rouler la balle : paume, dos de la main, index, différentes face du poing fermé, ...
- nombre de balles en jeu :
- avec ou sans aide (le « sauveteur »)
- rythme des échanges : « plus vite » « moins vite »
- raquette : avec ou sans, avec 1 ou 2 raquettes, brosser la balle par au-dessus et la pousser de face, niveau d'exigence sur la qualité de prise de raquette en main ...

ECHAUFFEMENT DE LA SEMAINE 1 :

Au sol, explorer les différentes façons de s'échanger la balle en la faisant rouler. Les élèves les plus concentrés commencent en 1^{er} les jeux aux tables.

LA PROGRESSION EN SEMAINE 1 :

Lundi, Développement n°1 de la situation phare :

1 ou 2 balles-bateaux.

2 raquettes entre les 2 mains des 2 marins, 2 sauveteurs mains nues qui repoussent les balles sans les saisir. Changer régulièrement les rôles.

Finir avec 1 seule raquette par marin, tenue dans sa main préférée « celle qui dessine ».

Mardi, sur une demi-table

Augmentation progressive du nombre de bateaux (4 balles maximum).

Choisir sa main préférée, mettre l'autre dans le dos.



Alterner les phases de jeu avec le dos de la main, et avec la paume de la main. Avec, puis sans sauveteurs.

Jeudi, Les gardes-côtes remplacent les sauveteurs.

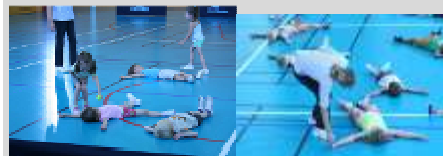
Ils demandent soudainement d'aller + vite ou - vite, et augmentent ou diminuent le nombre de bateaux. Alterner les phases de jeu avec et sans raquette.

Vendredi, élargir l'espace de jeu à la table entière.

Avec utilisation de la raquette. Les « gardes-côtes » indiquent les rythmes à prendre et vérifient si les prises de raquettes sont correctes.

Conclusion des séances de la semaine :

Les enfants font l'étoile des mers : ils sont allongés sur le dos au calme, les bras et les jambes écartés au maximum, en attendant d'être appelés pour se ranger en silence.



Les compétences EPS : Coopérer et s'opposer individuellement ou collectivement
Univers : LES AVENTURIERS
Compétences transversales : se concentrer

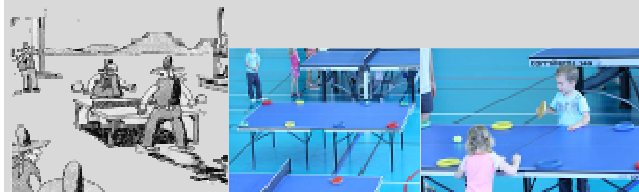
Semaine 2/6

Savoirs à construire : connaître et appliquer les règles, notion de renvoi, se préparer avant de jouer

Objectif : explorer les différents moyens d'atteindre et de défendre des cibles en balles roulées.

LA SITUATION HEBDOMADAIRE

LUCKY LUKE

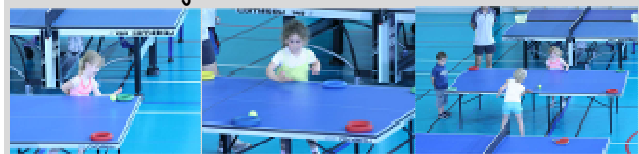


But du jeu :

Duel de balles roulées sur table.

Objectif :

Atteindre les cibles adverses et protéger les siennes en passant le bras devant soi (revers) ou à côté de soi (coup droit) selon la direction de la balle roulée à jouer.



Règle d'or : ne pas s'appuyer sur la table

Variables didactiques :

1. **Type et variété d'outils utilisés :** main, doigts, raquette :

l'index : ne pas appuyer avec le bout de l'index (billard) mais taper type base-ball.

la main à plat et différentes parties de la main : *tranchant supérieur* (côté pouce) ou *inférieur* (côté annulaire), *paume* ou *dos* de la main.

le poing : et différentes parties du poing (face phalanges, face supérieur pouce/index, face paume/phalanges, face inférieure/annulaire)

la raquette : obligation de brosser la balle avec le caoutchouc de la raquette et non taper avec le bois.

2. **nombre et type de balles en jeu :** 1 à 2 balles de ping-pong plus ou moins grosses, balles de mousse

3. **espace de jeu :** table entière ou demi-table ; dans la largeur ou dans la longueur de table.

4. **nombre et type de cibles :** raquettes posées, balles cassées, corps ou bras de l'adversaire, anneaux ou feuilles A4/A5 ; utilisation de couleurs de cibles et d'attribution de points ...

ECHAUFFEMENT DE LA SEMAINE 2 :

FACE A FACE « lancer »

chacun a 2 balles, 1 dans chaque main, toucher l'adversaire aux jambes et éviter les tirs de balles de l'adversaire. Dans espaces limités. Le ramassage des 4 balles se fait lorsque les 2 joueurs ont utilisé leurs 2 balles. **Variante :** viser la partie sous les genoux uniquement ; viser les pieds uniquement ; varier la taille des balles de ping-pong ; balles mousse...

FACE A FACE « rouler » Au sol, assis ou allongés dans des positions variées, échanger la balle et viser l'adversaire à des endroits précis (genoux, pieds, main droite ou gauche)

Variante : faire rouler la balle avec l'index uniquement.

PROGRESSION DE LA SITUATION SEMAINE 2:

Lundi : Avec paume et dos de la main plate puis avec raquette. Sur la largeur d'une table entière

Pousser (main), **brosser** (raquette) 1 balle de ping
Vers 4 anneaux/feuilles A4 par côté

Variantes : taille de la balle de ping ; balle en mousse

Mardi : Avec **l'index** ; puis le **tranchant** supérieur ; inférieur

Sur une demi-table, **pousser/taper** 1 balle ; puis 2 balles
Vers les 2 cibles adverses : raquettes posées aux 4 coins
(2 dans mon camp, 2 dans le camp adverse)

Jeudi : Avec la **raquette** puis avec le **poing** et finir par le **tranchant**

Sur la largeur d'une table entière

Utiliser 1 puis 2 balles à faire rouler en visant vers le **bras et corps adverse** et les 2 cibles aux extrémités : **2 anneaux/feuilles A4** cibles posés aux coins de table.

Vendredi : Avec **tranchant** ; **index**

Sur une **demi-table** puis **longueur d'une table entière**

Utiliser 1 puis 2 balles pour viser les 2 raquettes adverses
(4 raquettes posées aux 4 coins)

Conclusion des séances de la semaine :

S'asseoir en tailleur, mains sur les genoux, lever le doigt pour parler calmement des jeux vécus et évoquer difficultés rencontrées, solutions trouvées...

III. Cycle 1,
Cycle de PING-PONG

Les compétences EPS :

Univers :

Compétences transversales : connaissances du monde naturel

Semaine 3/6

Savoirs à construire :

Objectif :

Ecole Maternelle

AVEC Tables

Coopérer et s'opposer individuellement ou collectivement

LES AVENTURIERS

connaissances du monde naturel

Connaître et appliquer les règles ; identifier le but ; notion de ruse/piège, le duel

réagir aux rebonds, préparer la réaction, produire un double rebond vers l'avant.

Année scolaire.....

Classe de

LA SITUATION HEBDOMADAIRE

L'ECHAPPEE BELLE en avion ou en voiture !

But : la balle doit échapper à l'adversaire, en roulant sous le filet ou en décollant au-dessus.

Déroulement :

La capture se fait à l'aide d'une bassine. La balle roule ou saute pour traverser la table et le filet en prenant une direction et une vitesse permettant d'échapper à la capture adverse.

Aménagement :

Jeu dans la longueur d'1 table avec filet surélevé en tirant les poteaux vers le haut ; 1 bassine par joueur, dont 1 vide pour capturer, et 1 avec 5 balles-animal ; 1 raquette par joueur.

Cônes ; grosse balle de ping-pong ; balle de mousse ; balles de ping-pong classiques.



filet surélevé

Consignes :

- capturer la balle avant son rebond au sol mais après son rebond sur la table.

Se libérer de la table.

Critères:

Nombre de balles dans la bassine/au sol

La balle reste dans l'axe de la table.



Variables didactiques :

- l'outil de capture : bassine plus ou moins profonde, large ; cônes creux ; dans le pull-over retourné

- la balles : de ping-pong plus ou moins grosses, balles de mousse...

- l'envoi : à la main par un lancer, par une balle roulée, avec la raquette rouler/taper

ECHAUFFEMENT DE LA SEMAINE 3 :

Applaudir, sauter au rythme de la balle kangourou lancée en l'air, ou au mur. Passer la main, le bras sous la balle lorsqu'elle atteint son sommet et sans la toucher. Faire semblant de percuter, frapper la balle lorsqu'elle atteint son sommet.

Variantes : lorsque la balle atteint le sol ; lorsque la balle est loin du sol et du sommet.

Consignes : garder le dos droit et fléchir les genoux pour s'adapter en hauteur, aux rebonds de tailles dégressives. On laisse rebondir la balle jusqu'à son arrêt.

LA PROGRESSION EN SEMAINE 3 :

Lundi, Développement n°1 de la situation hebdomadaire :

Capturer avec la bassine tenue à une main, à 2 mains. Faire rouler sous le filet ou faire sauter au dessus en utilisant la main seule.

Simplifier : utiliser une balle de ping-pong plus grosse ; utiliser une balle en mousse plus grosse et plus lente.

Mardi,

Capturer avec les 2 mains jointes en cuillère, capture avec le pull retourné. Faire rouler avec raquette.

Jeudi,

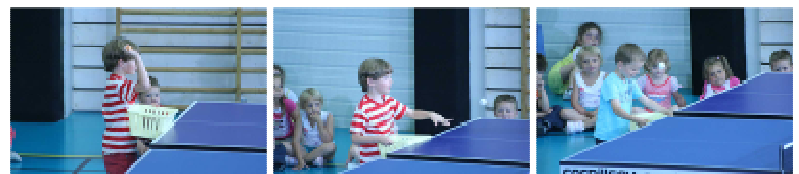
Capturer avec 1 cône creux, capture avec 2 raquettes en tenaille

Faire rouler sous le filet/faire sauter au dessus en utilisant la main seule.



Vendredi,

Simplifier ou complexifier selon le déroulement de la semaine. Chercher la réussite optimale, celle où il y a 1 zone de travail intéressante de 3 ou 4 réussites sur 5 essais.



Conclusion des séances de la semaine : Bilan et relaxation

Les compétences EPS : Coopérer et s'opposer individuellement ou collectivement
Univers : LES AVENTURIERS
Compétences transversales : connaissances du monde naturel

Semaine 4/6

Savoirs à construire : connaître et occuper son espace de jeu, capturer les balles ; appliquer les règles.

Objectif : réagir aux rebonds, préparer la réaction, produire un double rebond vers l'avant. Compter les balles

LA SITUATION HEBDOMADAIRE

Kangourou : capturer / libérer !

But : capturer la balle pour défendre son camp et la lancer pour atteindre le camp adverse.

Critère :

Lorsque la balle n'est pas capturée par un des deux joueurs, son adversaire marque le point.



Aménagement/sécurité : jeu dans la longueur d'1 ou 2 tables ;

tables avec filet ; 1 bassine par joueur ; 1 balle par table ; raquettes

2 adversaires et 1 arbitre

Consignes :

- Réaliser au moins 2 rebonds sur la table « ping ! » et « pong ! ».

- Se libérer de la table, interdit de la toucher avec le corps, mais il est autorisé de la contourner pour rattraper les balles .



ECHAUFFEMENT DE LA SEMAINE 4 :

Applaudir, sauter au rythme de la balle kangourou lancée sur la table.

LA PROGRESSION EN SEMAINE 4 :

Lundi : varier les outils de capture

Attraper **avec bassine**, à 2 mains, à 1 main

Attraper **avec plot creux**, à 2 mains, à 1 main.



Mardi : l'équilibriste

Attraper avec une bassine posée sur raquette tenue en main.

Bassine à poser côté coup droit, c'est-à-dire le côté de la palette où ne se trouve pas l'index.



Simplification/complexification : augmenter ou diminuer le nombre et/ou la hauteur des rebonds exigée pour le kangourou

Jeudi : Kangourou et chasseur

Le chasseur tient la balle kangourou avec **2 raquettes en la**



coïquant en « tenaille »

Le libérateur des balles/kangourou lance à la main, sans outil. La balle doit faire 2 rebonds, ping et pong, de part et d'autre du filet. Si elle n'est pas rattrapée par le chasseur après le « pong », alors il marque le point. Match de 5 points puis changer les rôles chasseur/libérateur/arbitre.

Vendredi : **MATCH DE PING PONG « lancer-attraper »** :

lancer et attraper la balle à la main et de la raquette. La balle doit faire 2 rebonds, ping et pong, de part et d'autre du filet. Si elle n'est pas rattrapée après le « pong », alors le joueur qui l'a lancée marque le point. Le 1^{er} qui marque 5 points à gagner. Varier les adversaires et les rôles joueurs/arbitres.

Conclusion des séances de la semaine : Bilan et relaxation

s'allonger sur le dos, et poser la balle/bébé kangourou sur le ventre ou la paume de la main. Fermer les yeux. L'enseignant libère les uns après les autres les enfants les plus calmes en récupérant les balles kangourous.

Les compétences EPS : Coopérer et s'opposer individuellement ou collectivement
Univers : LES AVENTURIERS
Compétences transversales : connaissances du monde naturel

Semaine 5/6

Savoirs à construire : réagir à un signal ; explorer les moyens de réponses ; coopérer puis s'opposer
Objectif : les accélérations de balles à lire, à produire, viser l'adversaire, se distancer de la table

LA SITUATION HEBDOMADAIRE

Combat de balles scorpions

But :

Toucher l'adversaire au corps ou au bras en faisant rouler ou rebondir la balle sur la table à l'aide « d'outils » variés.

Aménagement :

Table entières et demi-tables

Raquettes ; 1 à 2 balles

Un arbitre par espace de jeu duel.

Simplifier : aménager un « couloir » de raquette, pour empêcher la balle de sortir sur les côtés (dans les 1ères situations)

Objectif des mises en situations pour l'enseignant

L'espace de jeu, le nombre de balles et les outils de renvoi seront modulés et variés de façon à augmenter ou diminuer la fréquence des échanges, la force et la précision des coups.

Règle d'or : dans toutes les situations duelles proposées, il est obligatoire de compter et réaliser 5 échanges en partenariat avant d'entrer en opposition.

Critère : un point marqué lorsqu'on touche l'adversaire au corps.



ECHAUFFEMENT DE LA SEMAINE 5 :

DOUBLE BALLE ROULEE :

A 2 partenaires, sur une demi-table, échanger 2 balles à rouler à l'aide de la raquette, avec la main libre dans le dos.



LA PROGRESSION EN SEMAINE 5 :

Lundi, dans la longueur d'1 table sans filet

Toucher l'adversaire au corps ou au bras en faisant rouler la balle, en explorant les « outils » suivants :

Main(s) nue(s) : toutes faces possibles de la main (paume, dos, tranche), des doigts (index, pince pouce index...), du poing etc.

Puis avec raquette : caoutchouc rouge, noir, bois, brosse, taper, pousser

Mardi, Sur demi-table

Toucher l'adversaire au corps ou au bras en faisant rouler la balle, en utilisant/explorant les « outils » suivant :

avec l'index,

avec la pince pouce - index fermée

avec le tranchant supérieur, avec le tranchant inférieur

Jeudi : Sur table entière dans la longueur avec raquette, toucher l'adversaire au corps ou au bras en faisant rouler ou rebondir la balle sur la table.

Vendredi, 2 balles partenaires, 1 balle adversaire



Sur table entière dans la largeur avec main puis avec raquette, faire rouler 2 balles en partenariat, puis attaquer l'adversaire au corps lorsqu'il ne reste qu'1 seule balle.

Utiliser la raquette, en réduisant l'espace de jeu, puis en l'élargissant à nouveau.

Conclusion des séances de la semaine :

Bilan et relaxation.

Les compétences EPS : Coopérer et s'opposer individuellement ou collectivement
Univers : LES AVENTURIERS
Compétences transversales : connaissances du monde naturel

Semaine 6/6

Savoirs à construire : prendre des informations, s'informer vite pour décider juste, coopérer pour contrôler les balles
Objectif : comprendre et mémoriser les différents ateliers ; respecter le signal de changement d'atelier ; gagner/perdre

ATELIERS



But : évoluer de table en table, d'atelier en atelier, pour réaliser les différents jeux d'oppositions vus lors des 5 premières semaines du cycle.

Critères:

Se remémorer les jeux et situations.
Remettre le matériel à sa place.

Consigne : faire appel à la mémoire collective pour reprendre les situations vues durant les 5 premières semaines, faire parler, énumérer les actions, expliquer le but.



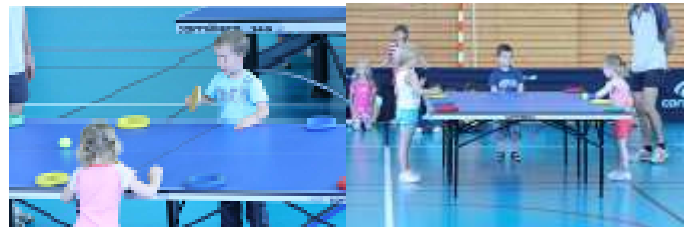
ECHAUFFEMENT DE LA SEMAINE 6 :

Echauffement traditionnel : trot, sollicitation de l'ensemble des articulations, sprint, sauts...

Explication des ateliers et du déroulement. Démonstration

LA PROGRESSION DE LA SITUATION EN SEMAINE 6

Atelier n°1 : Lucky Luke



Atelier n° 2 : Kangourou : capturer / libérer !



Atelier n° 3 :

L'ECHAPPEE BELLE ! en avion ou en voiture !



Atelier n°4 : combat de balles scorpions



Conclusion des séances de la semaine : Bilan et relaxation.

Les compétences EPS : Expression et maîtrise corporelle / Réaliser une action que l'on peut mesurer
Univers : **LE CIRQUE**
Compétences transversales : sciences et techniques

Semaine 1/6

Savoirs à construire : comprendre, découvrir les principales actions sur la balle, s'exprimer sur les actions réalisées

Objectif : explorer les différentes façons d'agir sur la balle, partager ses sensations et créations

LA SITUATION HEBDOMADAIRE

Magie : la balle se transforme !



But : agir sur la balle par des contacts variés pour créer différents effets mesurables.

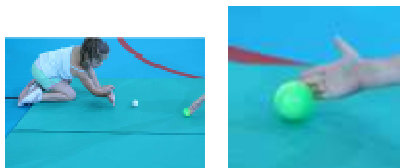
Aménagement/sécurité :

Balles de ping-pong de tailles et couleurs variées, raquettes et surfaces variables pour évaluer les effets : sol, mur, séparation, tapis, pied, dos, paume...

Critères :

- auto-évaluation et réussite par l'observation de l'effet créé, et sa répétition.
- durée de rotation : compter jusqu'à la fin de l'effet.

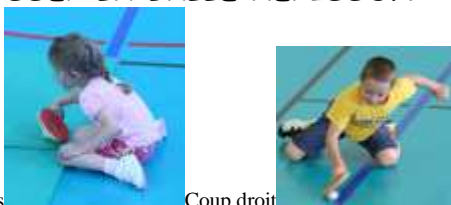
BALLES VOITURES



BALLES TOUPIES :



BROSSER LA BALLE HERISSON



Revers

Coup droit

ECHAUFFEMENT DE LA SEMAINE 1 :

Qu'est-ce que la magie ? Il y a tant de façons de toucher la balle en tennis de table qu'on peut faire plusieurs tours.

La balle se transforme en ... **FUSEE**... ! à lancer à 2 mains, puis à une main. A frapper avec raquette à tenir à 2 mains, puis 1.

Le plus haut possible, avec du bruit au moment de l'impact. Prendre de l'espace pour ne pas faire mal ou se faire mal.

LA PROGRESSION EN SEMAINE 1 :

Lundi, les balles se transforment en... VOITURES !

Différentes actions sur la balle pour la faire revenir en arrière et/ou dévier à droite ou gauche telle une voiture.

Explorer l'utilisation des différentes parties des *mains* d'une part et de la *raquette* d'autre part, pour agir sur la balle et la faire tourner.

Avec **une main seule** : pincer, appuyer, frotter

Avec les **2 mains nues** : frictionner la balle en sens contraire

Avec **la raquette** : en pinçant sur l'arrière de la balle posée au sol ; gommer la balle en la touchant dessous avec la raquette après l'avoir lancée

Avec **la raquette et la main** : frictionner la balle entre une main nue d'un côté, et la raquette de l'autre

Les raquettes se transforment en ASCENSEUR... !

Pour maintenir en équilibre les objets (stylo,...) ou les balles (varier les tailles, commencer avec balle cassée) et les faire monter/descendre sans les faire tomber

Mardi, la balle se transforme en TOUPIE ! :

Frictionner la balle avec plusieurs « outils » du plus grossier au plus fin pour obtenir une balle toupie : 1. main contre main, 2. main contre raquette, 3. raquette contre raquette (une dans chaque main), 4. raquette seule

Evaluation de l'effet : observer la déviation contre le mur ; constater la déviation contre la raquette tenue par 1 partenaire ; contre 1 ou plusieurs raquette(s) posée(s) contre le mur ; contre 1 main nue plate ...

Jeudi, transformation en ARAIGNEES et HERISSONS

Faire monter l'**araignée** le plus haut possible au mur ou contre une table relevée. A l'aide de la paume ou du tranchant supérieur de la main, à l'aide de la raquette en frictionnant en coup droit/en revers.

Simplification : à la main et contre le dos d'un partenaire plus ou moins arrondi pour varier l'inclinaison de la grimpeuse de l'araignée.

Guider le **hérisson sur le trottoir**, en le brossant sur les pics, ou en le poussant de face. Restreindre l'espace de jeu et matérialiser le trottoir.

Vendredi, Le spectacle des experts magiciens !

Réinvestir les découvertes et apprentissages.

Conclusion des séances de la semaine :

A la fin de chaque séance, « élire » les experts de la balle « toupie », de la balle « araignée » ..., en perspective du spectacle.

Les compétences EPS : Expression et maîtrise corporelle / Réaliser une action que l'on peut mesurer
Univers : LE CIRQUE
Compétences transversales : connaître son corps, parler, reconnaître

Semaine 2/6

Savoirs à construire : connaître son corps, entrer en contact avec la balle de façons multiples et variées, mieux s'exprimer pour mieux agir
Objectifs : viser et nommer les parties du corps reconnues.

LA SITUATION HEBDOMADAIRE : LES CLOWNS



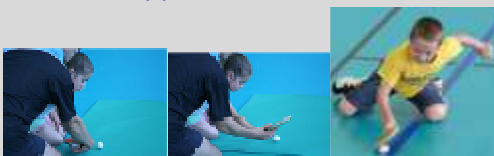
But : jeu de rôle où les enfants doivent s'exprimer et manipuler balles et raquettes avec précision.

Aménagement/sécurité :
Balles, raquettes.

Consignes : écouter, observer, manipuler, viser, contrôler, balle et raquette.

Critères : reconnaître et nommer juste les parties désignées, nombre de parties atteintes par le lancer de balle.

Clown coiffeur



Clown masseur



ECHAUFFEMENT DE LA SEMAINE 2 :

LE CLOWN et le MIME :

face à face avec une raquette en main, le clown varie les mouvements avec la raquette et le mime l'imite le plus précisément possible.

LA PROGRESSION DE LA SITUATION EN SEMAINE 2 :

Lundi : LE CLOWN DOCTEUR :

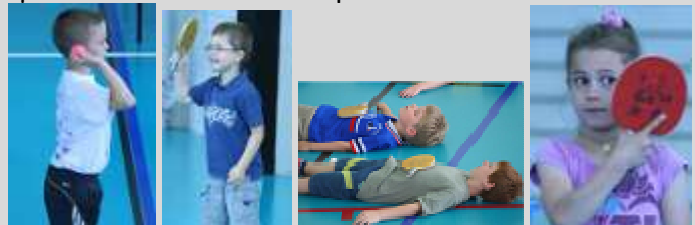
Le clown malade indique du doigt, le clown docteur doit nommer précisément la partie montrée avant de lancer la balle avec précision, pour « guérir » la partie désignée.

Varier/adapter/complexifier le type de lancer :

« fléchette » avec prise d'élan au-dessus et derrière l'oreille ;
« pétanque » armer sous le niveau de la hanche.

Varier/adapter/complexifier la distance du lancer. La raquette peut matérialiser la zone « douloureuse » à viser par le docteur avec le lancer de balle à la main.

Varier/adapter/complexifier les positions adoptées : Debout, assis, allongé, sur 1 pied, assis contre le mur sur 1 chaise invisible, assis avec uniquement les fesses au sol pieds/mains en l'air ...



Mardi : **Clown docteur + Clown coiffeur** : avec la main, puis avec la raquette, coiffer la balle telle une tête, sur les cheveux, au-dessus et sur le côté, « sans taper pour ne pas faire mal » .

Puis coiffer un camarade, avec la main, puis avec la raquette, puis 1 ballon de baudruche, 1 balle de tennis, 1 grosse balle de ping-pong.

Jeudi : **Clown docteur + Clown masseur** :

Se masser avec la balle. La balle est maintenue entre la partie à masser (membre, muscle à désigner) et la paume d'une main. Réussir le massage sans faire tomber la balle.

Evolutions : Essayer avec 2 balles et 2 mains.

Avec 1 raquette qui maintient la balle contre la zone à masser.

Masser 1 partenaire avec raquette et balle : ne pas faire mal, ne pas faire tomber la balle.

Se masser avec la balle et la raquette et se déplacer en même temps.

Vendredi : Le spectacle des experts clowns !

Conclusion des séances de la semaine : bilan et relaxation

Allongé, yeux fermés, se faire libérer par le contact d'une balle posée sur le nez.

A la fin de chaque séance, « élire » les experts « clown »

Les compétences EPS : Expression et maîtrise corporelle / Réaliser une action que l'on peut mesurer
Univers : LE CIRQUE
Compétences transversales : sécuriser une action ; prévention

Semaine 3/6

Savoirs à construire : se repérer dans l'espace, tenir sa raquette juste, prendre confiance dans ses appuis et sa manipulation.

Objectifs : améliorer sa précision dans la maîtrise de la balle et des déplacements, prendre de l'assurance

LA SITUATION HEBDOMADAIRE

Les funambules



But : en situation d'équilibre précaire, se déplacer sans faire tomber l'objet posé sur la raquette

Aménagement/sécurité :

cerceaux, lignes de sol, bancs, tapis de gymnastique

Variables didactiques :

Différents types de déplacements:

Marcher en équilibre sur les lignes

Marcher en équilibre sur bancs

Sur une ligne de sol précise

Sur toutes les lignes de sol en réussissant les croisements avec d'autres funambules, sans poser le pied à côté des lignes...

Modes de contrôle de balle en équilibre :

avec balle maintenue sur la paume ;

balle cassée sur le dos de la main ;

balle cassée sur la raquette côté revers ;

côté coup droit ;

Modes de contrôle de raquette en équilibre :

Sur le bout des doigts

Sur la paume de main

Sur le dos de la main

Faire rouler 1 balle/funambule sur 1 banc

ECHAUFFEMENT DE LA SEMAINE 3 :

Sans la saisir, **maintenir la raquette en équilibre** sur différentes parties du bras (dos de la main, paume de la main, sur le coude, sur l'épaule) et **se déplacer, se stopper de façons variées** :

1. **Marcher puis courir**
2. **Marcher puis arrêt sur un pied**
3. **Courir puis s'arrêter sur un pied**

LA PROGRESSION EN SEMAINE 3 :

Lundi : Funambule sur lignes de sol :

Raquette en équilibre en appui sur le bout des 5 doigts d'1 seule main.

Marcher en maintenant 1 balle cassée en équilibre sur la raquette sans s'aider de l'autre main.

Idem mais marcher sur les lignes de sol du gymnase, croiser d'autres élèves SANS sortir des lignes.

Courir avec la balle cassée sur la raquette, s'asseoir lorsqu'elle tombe, qui va courir le plus longtemps ? **L'expert funambule.**

Mardi : Variations

Marcher en maintenant **1 balle normale en équilibre** sur la paume de la main, doigts tendus.

Puis équilibre de la balle **sur le dos de la main.**

Puis **sur la partie supérieure du poing.**

Puis balle en équilibre **sur la raquette** tenue en main.

Finir les parcours en tentant de **faire rouler la balle tout le long d'un banc sans qu'elle ne tombe au sol.** Avec la paume de main, avec le dos de la main, avec la raquette.

Jeudi, avec traversée d'un banc

Traverser un 1er banc en maintenant la raquette en équilibre sur 5 doigts, descendre sans tomber et sans faire tomber la raquette.

Tenir sa raquette correctement, saisir 1 balle-funambule et la faire rouler sur le 2^e banc, sans qu'elle tombe de celui-ci.

Simplification : la paume de main pour maintenir la raquette en équilibre, main nue pour faire rouler la balle (avec le dos/revers de main ou la paume de main /coup droit).

Vendredi,

Le spectacle des experts funambules !

Conclusion des séances de la semaine :

S'allonger, sur le côté sur une ligne de sol et maintenir l'équilibre. Ou s'allonger sur le dos sur un banc.

Les compétences EPS : Expression et maîtrise corporelle / Réaliser une action que l'on peut mesurer
Univers : LE CIRQUE
Compétences transversales : connaissance du monde animal ;

Semaine 4/6

Savoirs à construire : Réagir à un signal, enchaîner une série d'actions dissociant le haut du bas du corps, ne pas faire mal et ne pas se laisser faire mal.

Objectif : se déplacer vite ; se déplacer en fonction d'une trajectoire ; se déplacer pour frapper avec précision

LA SITUATION HEBDOMADAIRE

FAUVES ET DOMPTEURS



But : bondir d'un cerceau à l'autre pour frapper ou brosser une balle.

Description :

Par sa mobilité et par sa vélocité, le fauve intercepte sa nourriture (balle) pour l'envoyer d'un coup de patte à ses petits (partenaires munis de bassine) ou aux dompteurs (partenaires munis de cerceaux).



Aménagement/sécurité :

Cerceaux plats ou ronds à la craie de petites tailles à répartir en nénuphar au sol, ballons de baudruche, bancs, cerceaux de grande taille à tenir par deux enfants, bassines.
Cerceau rond de plus grande taille.

Consignes :

- se déplacer vite sur l'avant du pied et avec les genoux fléchis, comme les félins souples et silencieux même dans leurs déplacements les plus rapides.
- Ne pas faire mal ou se faire mal.

ECHAUFFEMENT DE LA SEMAINE 4 :

- Que sont les fauves et les dompteurs ? Que font-ils au cirque ?
- S'étirer comme un chat, courir comme un guépard et bondir comme un puma.

LA PROGRESSION EN SEMAINE 4 :

Lundi : la panthère

Traverser les cerceaux répartis au sol tels des rochers sur une rivière sur lesquels la panthère s'appuie pour bondir et atteindre l'autre rive. Lors du dernier bond, frapper à l'aide de la paume de main le ballon de baudruche tenu par un partenaire, pour qu'il se dirige vers le grand cerceau tenu par deux autres partenaires. Frapper à la main lors des premiers passages. Puis avec la raquette.

Mardi : le tigre

Courir et frapper le ballon de baudruche lâché par un partenaire avant qu'il ne touche le sol et en direction du cerceau tenu par les deux partenaires.
Puis avec balle de ping-pong et raquette, après le 2^e rebond au sol.
Augmenter progressivement, de 5cm en 5cm, la distance séparant le fauve du lâcher de balle/nourriture. 3 passages à la main, 3 passages avec raquette.

Jeudi : Les balles sont les fauves !

La 1^{ère} moitié de classe est munie de cerceaux, à faire tenir debout, et rouler vers l'avant ou vers l'arrière. La 2^e moitié est munie de raquettes et de balles à frapper dans le cerceau visé.
Varier la taille des balles de ping-pong.
Commencer sans raquette par des lancers à la main.
Puis avec raquette.

Vendredi : Le spectacle des experts dompteurs !

Conclusion des séances de la semaine :

bilan et relaxation

La sieste des lions qui s'étirent.

Les compétences EPS : Expression et maîtrise corporelle / Réaliser une action que l'on peut mesurer
Univers : LE CIRQUE
Compétences transversales : sécuriser une action ; prévention

Semaine 5/6

Savoirs à construire : réagir à un signal, comprendre et produire une trajectoire de balle, contenir sa force

Objectifs : viser une cible ; intercepter une trajectoire de balle.

LA SITUATION HEBDOMADAIRE

Les acrobates



But :

Lancer et rattraper la balle acrobate dans une bassine.

Aménagement : bassines et paniers de tailles et couleurs différentes ; balles de ping-pong uniquement ;

Cônes/plots creux avec tailles et couleurs différentes.

Déroulement : deux récipients par élève : 1 avec 5 balles, l'autre vide. Le récipient vide est tenu par le partenaire de l'acrobate qui va rattraper la balle-acrobate.

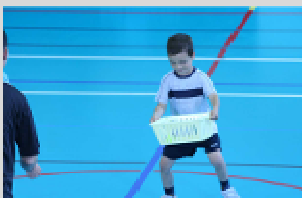
Le joueur acrobate pose son récipient de 5 balles au sol et lance avec précision la balle-acrobate vers la bassine.



Consignes :

Lancer, viser, doser, se placer, se préparer, s'élaner, encaisser le rebond par la flexion des genoux pour amortir la balle dans la bassine, prendre soin de se préparer et ne pas se précipiter, rattraper avec des bassines de tailles différentes mais également avec des cônes ou des plots creux.

Critères : Quel élève a le plus de balles dans sa bassine ?



ECHAUFFEMENT DE LA SEMAINE 5 :

Trois variantes pour la semaine :

1. Un joueur est allongé les yeux fermés et doit rattraper la balle lâchée sur son ventre par son partenaire avant qu'elle ne tombe au sol.

2. Rattraper la balle lâchée sur la tête par le partenaire qui se trouve à l'arrière.

3. Dos au lanceur et dos à la balle, se retourner au signal a-cro-bate pour capturer la balle-acrobate avec la bassine.

Se retourner au ressenti du contact de la balle puis la rattraper.

LA PROGRESSION EN SEMAINE 5 :

Lundi : A-CRO-BATE !

Le lanceur de la balle-acrobate soigne son lancer de balle pour atteindre la bassine tenue à 2 mains par le partenaire. Le partenaire se concentre à rattraper l'éventuelle imprécision du lancer de balle et sécuriser l'atterrissage comme sur un « coussin ».

Complexifier :

Le lanceur de la balle-acrobate fait exprès de lancer juste un peu à côté, à droite, ou à gauche. Le réceptionneur s'adapte par un déplacement et une concentration appropriés.

Varié les bassines, plots et cônes utilisés.

Simplifier :

- rythmer par la voix le moment du déclenchement du lancer :

« a-cro-BATE »

-rattraper, après le 2e rebond au sol, sur la 3e syllabe :

« a-cro-BATE »

Mardi, « PING ! PONG ! ACROBATE ! » au mur

Au mur à 2 joueurs,

A l'aide d'une bassine, le joueur rattrape la balle-acrobate, lancée au mur, « ping ! » par l'autre joueur, et après son 1^{er} rebond au sol « pong ! ». Varié les récipients utilisés et les prises (1 ou 2 mains)

Jeudi : DROITE OU GAUCHE ? ! SURPRISE !

1 acrobate (lanceur de balle) et 2 réceptionneurs munis de bassine. L'acrobate ne prévient pas vers quelle bassine il choisit de sauter. Varié les récipients utilisés et les prises (1 ou 2 mains)

Vendredi : Le spectacle des experts acrobates !

Conclusion des séances de la semaine :

Bilan et relaxation, préparation des démonstrations de fin de semaine.

Les compétences EPS : Réaliser une action que l'on peut mesurer

Univers : LE CIRQUE

Compétences transversales : les savoirs faire manuels dans la vie courante ; dans les différents métiers

Semaine 6/6

Savoirs à construire : connaître la balle et la raquette, tenir sa raquette et rythmer ses actions, prendre confiance.

Objectifs : explorer raquette, balles et ballons, identifier des différences et similitudes, découvrir les possibilités de jonglage

LA SITUATION HEBDOMADAIRE

Le Jongleur

But : travailler un jonglage que l'on a inventé, un jeu avec une ou plusieurs balles, avec ou sans raquette.

Aménagement/sécurité :

Les élèves se répartissent librement dans la salle et explorent la manipulation des balles et des raquettes. Ils imaginent et réalisent leurs manipulations de balles et de raquette.

On alternera les jonglages avec balles de ping-pong de taille normale ou plus grosses, des balles de mousse et des ballons de baudruche principalement.

Critères :

Nombre de rebonds ou de réalisations faits sans fautes.

Consignes : essayer, recommencer, persévérer, tenter, observer, répéter, montrer à ses camarades, montrer à l'enseignant, applaudir ses camarades.

L'enseignant guide les enfants en début de semaine, en les mettant sur des pistes.

Prolongement :

Quelques élèves sont volontaires et/ou choisis pour présenter leurs trouvailles à la classe.



ECHAUFFEMENT DE LA SEMAINE 6 :

Qu'est ce que le jonglage ?

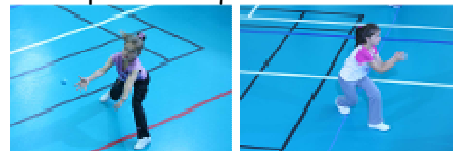
Comment jongler en ping-pong ? Avec quoi ?

Tant de possibilités de toucher et frapper la balle au ping-pong !

LA PROGRESSION EN SEMAINE 6 :

Lundi : Expérimenter, explorer le jonglage libre à main nue.

Exemple : balle = petit oiseau qui apprend à voler et qui monte progressivement de plus en plus haut, le faire décoller et le rattraper avant qu'il touche le sol.



Avec balle de ping-pong.

Avec ballon de baudruche « apprivoiser » sa balle, comme on « apprivoise » ou « dresse » un animal de cirque.

Mardi : Créer un jeu, un jonglage avec raquette.

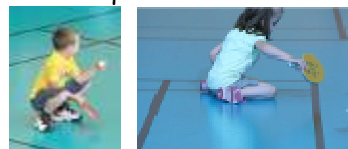
- Avec 2 mains puis 1 main, et 1 puis 2 ballons de baudruche.



- Avec la raquette uniquement : elle est le prolongement du bras.



Avec raquette et la balle de ping-pong : à 2 mains, puis à 1main.



en l'air ou au sol

Jeudi : Adapter et travailler le jeu créé ou le jonglage favori.

Exemple de répartition par atelier :

At1 main nue et balle de ping

At2 raquette seule **At3** raquette et baudruche **A+4** raquette et balle de ping

Vendredi : Les experts jongleurs font le spectacle !

Conclusion des séances de la semaine : bilan et relaxation

La classe et l'enseignant détermineront en fin de semaine les experts jongleurs.

Motiver les élèves à présenter des jonglages à la famille.

V. Cycle 1,
Cycle de PING-PONG

Ecole Maternelle
SANS Tables.

Année scolaire.....

Lieux possibles : Cours récré/salle /gymnase/stade

Les compétences EPS :

adapter ses déplacements à différents types d'environnements ou contraintes variées

Univers :

UN POUR TOUS, tous pour 1 !

Compétences transversales : comprendre et respecter des règles, s'engager dans l'action, coopérer

Semaine 1/6

Savoirs à construire : notion de relais ; courir droit ; réagir à un signal ; terminer sa course ; s'encourager

Objectif : courir, manipuler et relayer des outils pongistes le plus vite possible, être attentif aux changements

LA SITUATION HEBDOMADAIRE

PING PONG RELAIS (la balle sandwich)

But: courses variées par équipes où la balle et la raquette peuvent être objet du relais

Aménagement/sécurité :

Pour délimiter départ, arrivée et couloir de course : plots, cerceaux, ficelles
Utiliser un petit plot (20 cm de hauteur) pour obliger une flexion des genoux à mi-course.

Consignes : écouter les consignes, réaliser un bon départ, se déplacer vite et précis, passer le relais, après la course se placer pour ne pas gêner ses partenaires.

Critères : discipline et respect des règles de chacune des différentes courses ; position obtenue par l'équipe dans les résultats de courses.

Variables didactiques des relais :

Type de courses : pas chassés, cloche-pied.

Sens/distance : nombre d'allers ou A/R.

Outils : avec ou sans balle/raquette, type de balle, nombre d'outils.

Manipulation : maintien de la balle en équilibre ou coincée, face de raquette revers/coup droit, type de prise...

Distance de course :

Nombre de partenaires :

Type de relais : main en main, passe en balle roulée au sol, passe en balle lancée ...



Obstacles : cerceaux, cordes, plots...

Fréquences des variantes de course : à chaque course, toutes les 2 / 3 / 4 / x courses

ECHAUFFEMENT DE LA SEMAINE 1 :

A. Ronde(s) et relais de raquette : varier les prises et passes de raquette.

B. Plusieurs p'tits trains se relaient des balles de wagons en wagons

1. En marche
2. En trot

PROGRESSION DE LA SITUATION EN SEMAINE 1 :

Lundi, Aller/Retour pas chassés / et relais de raquette



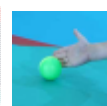
Variante :

Mardi : aller simple en sprint et relais en balle roulée au sol

Le lièvre et la tortue.

Chaque équipe possède 1 balle à relayer. Courir vite (lièvre) jusqu'à mi-parcours où se trouve une feuille A4 de couleur.

S'accroupir pour poser la balle sur la feuille. Faire rouler la balle vers le partenaire suivant avec précision (tortue).



Main nue

Avec raquette

Remédiation pour le positionnement : rajouter 2 feuilles A4, qui marquent l'emplacement des pieds et/ou genoux à poser au sol, pour se placer à côté de la balle et la tirer en coup droit (paume).

Jeudi : aller-retour pas chassés + aller sprint + relais lancer

Vendredi, variation, simplification, développement de relais à partir des variables didactiques principales (ci-contre)



Conclusion des séances de la semaine :

bilan et relaxation, sensibilisation aux assouplissements

V. Cycle 1,
Cycle de PING-PONG

Ecole Maternelle

SANS Tables.

Année scolaire.....

Lieux possibles : Cours récré/salle /gymnase/stade

Les compétences EPS :

adapter ses déplacements à différents types d'environnements ou contraintes variées

Univers :

UN POUR TOUS, tous pour 1 !

Compétences transversales : oser s'engager en toute sécurité, coopérer, écouter, histoire.

Semaine 2/6

Savoirs à construire : dissocier course et percussion ; se déplacer en pas chassés ; connaître et appliquer la règle

Objectif : développer vélocité et précision dans les percussions et les cibles à toucher

LA SITUATION HEBDOMADAIRE

TOUCHE VITESSE MOUSQUETAIRES



Equipe de 3 joueurs

But :

par une course navette toucher 2 cibles rapprochées, avec la main/la raquette.

Aménagement :

Par équipes de 3 contre 3.

Pour chaque équipe :

1 frappeur/coureur (« D'Artagnan »)

+ 2 partenaires d'entraînement placés à égale distance - 2 à 3 mètres - et tenant 1 ballon de baudruche chacun ou balle de ping-pong.

1 arbitre compte les touches et les courses.

Critères :

Toucher un nombre donné de fois avant les adversaires ou dans un temps chronométré.

Consignes :

réaliser le type de touche demandée

réaliser la course demandée

réaliser le nombre demandé de touches et de navettes.

ECHAUFFEMENT DE LA SEMAINE 2 :

EPEE BALLON :

1 élève main nue contre 1 élève tenant un ballon de baudruche avec le pouce et l'index (pincer le nœud).

L'un doit faire perdre son ballon à son adversaire, d'une main. L'autre doit toucher l'adversaire au corps, aux jambes ou à la tête avec le ballon de baudruche.

1 point marqué par touche ou perte de ballon provoquée.

Varié les types de déplacements à imposer.

Varié la grandeur des espaces de jeu.

Poser des obstacles.

PROGRESSION DE LA SITUATION EN SEMAINE 2 :

Lundi : **Main(s) nue(s) et baudruche**

Variante de frappe : frapper à 1 main / à 2 mains jointes

Variante de course : Pas chassés A/R. Course A, pas chassés R

Mardi : **Raquette et baudruche**

Variante de frappe : frapper à 1 main / à 2 mains jointes.

Pas chassés uniquement pour assurer la stabilité de la frappe.

Jeudi : **Main nue et balle de ping-pong à dégommer**

La balle est posée dans la paume de main plate du partenaire,

Variante de frappe : balle broyée/balle tapée ; avec la paume de main (coup droit)/avec le dos de la main (revers).

Vendredi : **raquette, et balle posée au sol**

La balle est posée au sol sur une feuille A4 alternativement par le partenaire de droite et le partenaire de gauche.

Le « percussionniste » s'accroupit ou pose le(s) genou(x) pour broyer la balle à l'aide de la raquette.

Conclusion des séances de la semaine :

bilan et relaxation

V. Cycle 1,
Cycle de PING-PONG

Ecole Maternelle
SANS Tables.

Année scolaire.....

Lieux possibles : Cours récré/salle /gymnase/stade

Les compétences EPS :

adapter ses déplacements à différents types d'environnements ou contraintes variées

Univers :

UN POUR TOUS, tous pour 1 !

Compétences transversales : participer à une action collective, coopérer, contrôler ses émotions

Semaine 3/6

Savoirs à construire : réagir à un signal, atteindre une cible mouvante, connaître et appliquer la règle,

Objectif : se déplacer vite ; prendre en compte des partenaires et des adversaires ; s'adapter aux obstacles, aux projectiles

LA SITUATION HEBDOMADAIRE

LOUP PING

But :

les loups coopèrent pour toucher les brebis.
Ces dernières s'entraident pour se défendre contre les loups.

Aménagement :

tapis, cerceaux, ballons de baudruche, balles de ping-pong, petites balles en mousse.

Règles, déroulement :

Les loups touchent les brebis dans le dos à l'aide d'une balle.

Seule la région du dos peut-être touchée.
Interdit aux brebis de poser le dos contre le mur.

La brebis touchée se place sur 1 cerceau ou sur 1 tapis.

Tous les lancers se font à la main.

Consignes :

La brebis peut se libérer en touchant un loup par 1 lancer de balle récupérée par soi-même ou par l'aide d'1 partenaire.

Le loup peut utiliser le mur pour toucher le dos par rebond (lancer « looping »)

Le loup peut également passer la balle à un partenaire mieux placé pour lancer dans le dos.

Les brebis doivent faire face pour ne pas exposer leur dos aux loups. Elles utilisent donc souvent le pas chassé.

Critères : nombre de brebis / nombre de brebis en liberté.

ECHAUFFEMENT DE LA SEMAINE 3 :

LES PETITS TRAINS



But : Suivre les mouvements et déplacements variés de la locomotive en gardant la balle en équilibre sans aide de la 2^e main

Déroulement : Former avec 4-5 élèves 1 petit train. La locomotive en tête guide les wagons. La locomotive laisse sa place dès qu'elle perd la balle et se met en queue de train.

Variantes : modalités de contrôle de balles

1. balle cassée en équilibre sur le dos de la main ou sur raquette
2. balle en bon état maintenue sur la paume de main ou sur le poing
3. balle coincée entre la raquette et une partie du corps.

LA PROGRESSION DE LA SITUATION EN SEMAINE 3 :

Lundi, Variables didactiques :

Type de balle : balle en mousse, de ping-pong ...

Nombre de loups :

Zone(s) d'invulnérabilité :

Grandeur de(s) espace(s) de jeu :

Mardi : Variable didactiques :

Nombre de balles par loups.

Types de déplacements : pas chassés, cloche-pied, pieds joints..

Positions à adopter et façons de se délivrer par les brebis touchées.



Jeudi : Loups et brebis à 4 pattes :

Les loups touchent avec des balles qu'ils font rouler à l'aide de la main.

Les brebis se défendent à l'aide de raquettes en retournant la balle vers les espaces libres. Aménagement : tapis.

Vendredi, attaque avec les balles et défense avec les raquettes

les loups lancent des balles de ping-pong pour toucher, les brebis se défendent et contre-attaquent avec les raquettes.

Conclusion des séances de la semaine :

La sieste des loups.

V. Cycle 1,
Cycle de PING-PONG

Ecole Maternelle
SANS Tables.

Année scolaire.....
Lieux possibles : Cours récré/salle /gymnase/stade

Les compétences EPS : adapter ses déplacements à différents types d'environnements ou contraintes variées
Univers : UN POUR TOUS, tous pour 1 !
Compétences transversales : participer à des actions collectives, comprendre des règles, coopérer, s'engager

Semaine 4/6

Savoirs à construire : tenir différents rôles ; appliquer les règles ; adapter ses déplacements
Objectif : plus vite, plus précis, plus solidaire

LA SITUATION HEBDOMADAIRE

Les dauphins et les requins.

But : courses et jeu de rôle avec tirs, poursuites et entraide.

Déroulement :

Dans un espace important

Les requins chassent humains et dauphins en les touchant de la main.



Les humains chassent les requins en lançant des balles sur leurs ailerons.



Les dauphins peuvent libérer les humains et dauphins touchés.

Les élèves utilisent la main et ou la raquette pour faire l'aileron du requin.



ECHAUFFEMENT DE LA SEMAINE 4 :

CHAUF'RAQUETTE

Echauffement sportif traditionnel à base de trot et de mouvement des différentes articulations avec la raquette en main.

Toutes les articulations sont échauffées et notamment les mouvements de bras (épaules, coudes, poignets) et de rotation du tronc se font en tenant la raquette à deux mains ; mais également en passant la raquette d'une main à l'autre pour faire des mouvements avec et sans raquette, aussi bien main gauche que main droite.

PROGRESSION DE LA SITUATION EN SEMAINE 4 :

Lundi :

Les requins utilisent pour faire l'aileron, la main posée sur la tête, doigts unis vers le haut, pour faire l'aileron.

Mardi :

Les requins utilisent les raquettes pour faire l'aileron.

Jeudi :

Des obstacles apparaissent (chaise, tapis, ballons, plots) : ils peuvent gêner mais aussi aider notamment les proies, en étant utilisés comme écran face aux prédateurs.

Vendredi :

Les requins peuvent saisir les balles utilisées par les humains pour les tirer avec leur raquette sur les dauphins ou les humains.

Conclusion des séances de la semaine :

bilan et relaxation

Les enfants font l'étoile des mers : ils sont allongés sur le dos au calme, les bras et les jambes écartés au maximum, en attendant d'être appelés pour se ranger en silence.

V. Cycle 1
Cycle de PING-PONG

Ecole Maternelle
SANS Tables.

Année scolaire.....
Lieux possibles : Cours récré/salle /gymnase/stade

Les compétences EPS : **adapter ses déplacements à différents types d'environnements ou contraintes variées**
Univers : **UN POUR TOUS, tous pour 1 !**
Compétences transversales : **comprendre et respecter des règles, conjuguer prise de risque et décision**

Semaine 5/6

Savoirs à construire : rester attentif à la circulation de la balle ; rester en mouvement.

Objectif : adapter ses déplacements aux obstacles, projectiles et intentions.

LA SITUATION HEBDOMADAIRE

PING PONG TOUCHE !

But :

Toucher/éliminer les autres avec une balle.
Le dernier joueur qui reste a gagné.

Aménagement :

Groupes de 10 enfants, répartis dans des terrains de 10x10m.

S'emparer du ballon/des balles lancés par l'enseignant, pour tirer sur les adversaires.

Un joueur touché doit s'asseoir.

Le dernier joueur qui reste debout a gagné.

4- REGLE :

J'ai la balle, je suis attaquant « chasseur ».

Je n'ai pas la balle, je suis défenseur « lapin ».

Tout joueur touché doit s'asseoir sur le terrain.

Pour être délivré, le joueur doit avoir intercepté ou touché le ballon.

Tout joueur qui attrape la balle devient «chasseur».

Tout joueur peut s'emparer du ballon si ce dernier a touché le sol auparavant.

Toute balle sortie des limites peut être récupérée par un autre joueur qui devient chasseur.

ECHAUFFEMENT DE LA SEMAINE 2 :

Jeux libres avec cerceaux, ballons de baudruche, balles et raquettes de ping-pong.

Au signal, les joueurs avec cerceau doivent se placer à 2 dans 1 cerceau, les joueurs avec balles et raquettes de ping-pong doivent s'associer pour coincer leur balle entre 2 raquettes, et les joueurs avec ballons de baudruche doivent tenir un ou deux ballons en gardant l'équilibre sur un pied.

PROGRESSION DE LA SITUATION SEMAINE 2

Lundi : Avec ballon de mousse uniquement, puis :

une balle de ping-pong, puis une petite balle de mousse à lancer

varier les déplacements et positions à adopter par les attaquants « chasseurs », les « lapins » défenseurs et les joueurs touchés / immobilisés.

Mardi :

3 groupes de 8 enfants

Atelier/groupe 1 : avec ballon de mousse

Atelier/groupe 2 : balle de ping-pong

Atelier/groupe 3 : balle de mousse

varier les déplacements et positions à adopter : course libre ; pas chassés ; cloche-pied...

Jeudi :

2 groupes de 10 enfants

Atelier/groupe 1 : avec 1 puis 2 balles de mousse

Atelier/groupe 2 : avec raquettes et 1 puis 2 balles de ping-pong

varier les déplacements et positions à adopter

Vendredi : **Ballon prisonnier**

Atelier 1 : **balle en mousse à faire rouler avec la raquette** pour toucher les pieds des adversaires et les faire prisonnier.

Atelier 2 : **balle de ping-pong à lancer.**

Conclusion des séances de la semaine :

bilan et relaxation

V. Cycle 1,
Cycle de PING-PONG

Ecole Maternelle
SANS Tables.

Année scolaire.....

Lieux possibles : Cours récré/salle /gymnase/stade

Les compétences EPS :

adapter ses déplacements à différents types d'environnements ou contraintes variées

Univers :

UN POUR TOUS, tous pour 1 !

Compétences transversales :

histoire, mousquetaires, renaissance, sport individuels, sports d'équipes, entraide

Semaine 6/6

Savoirs à construire : respecter des règles de jeu, courir et esquiver, repérer dans un espace de jeu,

Objectif : plus vite, plus précis, plus solidaire

<u>ECHAUFFEMENT DE LA SEMAINE 6 :</u>	<u>LA SITUATION HEBDOMADAIRE</u>
<p style="text-align: center;">QUEL METIER PLUS TARD ?</p> <p>But : sélectionner et viser l'objet qu'on veut manipuler.</p> <p>4 rôles :</p> <ol style="list-style-type: none">Joueurs « dompteurs » avec cerceaux. Tâche : faire rouler le cerceau, le faire tenir debout.Joueurs « montgolfières » Tâche : jonglage avec raquette de ping et 1-2 ballons de baudruche à maintenir en l'airJoueurs « serveurs » avec balles en poches et une qu'ils maintiennent en équilibre sur leur paume de main.Joueurs « chercheurs » se déplaçant librement pour étudier et sélectionner un autre métier. Ils utilisent pour cela des balles de ping à lancer sur les ballons de baudruche ou dans les cerceaux en mouvements ou à broser à partir de la paume de main d'un partenaire. <p>Règle : si j'atteins mon but en touchant ma cible par un lancer de balle, alors je change de métier.</p>	<p style="text-align: center;">L' EPERVIER</p> <p>But : repérer l'espace libre et le moment propice pour échapper à l'épervier.</p> <p>Aménagement : Terrain de 20 x 15m. 10 enfants derrière une ligne de fond. Un épervier dans le terrain. Les enfants doivent traverser le terrain et échapper aux assauts de l'épervier. Les joueurs pris deviennent éperviers.</p> <p>Variables didactiques :</p> <ul style="list-style-type: none">- La zone d'action peut être réduite à une bande ou être élargie à l'ensemble du terrain.- La zone de l'épervier peut être limitée.- L'épervier peut utiliser un ballon pour toucher les joueurs adverses- Les joueurs peuvent bénéficier de refuges dans lesquels ils sont invulnérables. <p>PROGRESSION DE LA SITUATION EN SEMAINE 6 :</p> <p>LUNDI : élèves avec 1 ou 2 ballons de baudruche</p> <p>Les enfants traversent les champs et tiennent 1 ballon de baudruche dans 1 main à l'aide de la pince pouce/index. L'épervier doit frapper le ballon pour transformer l'enfant en épervier. Les enfants qui ont échappé à l'épervier peuvent saisir un 2^e ballon, avec la pince pouce/index de l'autre main.</p> <p>MARDI : l'épervier lance des balles de ping-pong pour atteindre les enfants. Les enfants peuvent utiliser la raquette pour se défendre de la balle.</p> <p>JEUDI : la raquette s'utilise pour renvoyer directement la balle sur l'épervier. L'épervier poursuit à cloche-pied lorsqu'il est touché par une contre-attaque d'un enfant.</p> <p> VENDREDI : Les enfants avancent en jonglant main(s) nue(s) avec une balle de ping-pong qu'ils peuvent laisser rebondir au sol tout en avançant. L'épervier ôte la balle aux enfants par des frappes avec la paume de main.</p>
	<p>Conclusion des séances de la semaine : bilan et relaxation</p>

VI. Cycle 1.
Cycle de PING-PONG

Ecole Maternelle
SANS Tables.

Année scolaire.....
Lieux possibles : Cours récré/salle /gymnase/stade

Les compétences EPS :
Univers :
Interdisciplinarité :

Coopérer et s'opposer individuellement ou collectivement
Les animaux sauvages.
connaissances de la nature, des espèces animales sauvages, géographie.

Semaine 1/6

Savoirs à construire : coopérer, observer / s'exprimer pour mieux agir, repérer espaces libres et moments propices
Objectif : prendre des informations visuelles, auditives et kinesthésiques pour adapter attaque et défense

LA SITUATION HEBDOMADAIRE : **MARMOTTES ET RAPACES**



But : Avec leurs raquettes, les marmottes protègent leur « petit »/la balle contre les attaques des rapaces.

Déroulement : Dans des espaces variés et en nombres variés, les rapaces attaquent les raquettes des marmottes.

Les marmottes repèrent les espaces libres et contrôlent leur petit pour survivre.
Le contrôle de balle se fait entre les raquettes de l'un et de l'autre.

Consignes : sentir / ressentir ; observer / communiquer / réagir / agir

Règle : la perte de la balle fait marquer l'adversaire ou élimine les joueurs qui l'ont perdue.



Revers



Revers

Critères :
-respect des zones de jeu
-modalités respectées d'attaque et de défense



ECHAUFFEMENT DE LA SEMAINE 1 : **SANDWICH BALLE RAQUETTE**

But : réagir et se déplacer sans faire tomber la balle.

Déroulement : 1 ou 2 raquettes et 1 balle par joueur ; se déplacer en répondant aux signaux avec 1 balle à coincer entre 2 raquettes ou entre le corps et 1 raquette.

Règle : s'asseoir au sol lorsque la balle est tombée.

Critères : prise des raquettes correctes.

Variantes : L'enseignant donne des signaux aux duos, en exigeant des changements de rythme, de position « accroupis/pieds joints /cloche-pied/cerceau », de direction, yeux fermés, 2 raquettes coincent la balle **OU** 1 raquette coince la balle au corps.

LA PROGRESSION DE LA SITUATION EN SEMAINE 1 :

Lundi : Les marmottes et l'épervier !

L'épervier frappe les raquettes des marmottes à l'aide d'1 ballon de baudruche tenu en main par la pince pouce/index.

1 point marqué par l'épervier lorsqu'il fait tomber la balle coincée entre les 2 raquettes des marmottes.

Varié les déplacements à utiliser (libre/cloche-pied/pas chassés)
L'enseignant peut commencer à jouer le rôle de l'épervier.

Mardi : Avec les terriers !

Quelques cerceaux forment les terriers des marmottes où elles sont invulnérables à condition d'y poser les 4 pieds.

- **Varié le nombre de terriers.**

- **Varié les faces de raquette** pour contrôler les balles

Jeudi : 1 contre 2, espaces restreints et balisés

1 rapace contre 2 marmottes. Assauts variés du rapace.

Le rapace utilise 1 ballon de baudruche ou 1 foulard pour frapper les raquettes des marmottes.

Vendredi : Les marmottes rebelles !

1 contre 2, espaces restreints et balisés.

Le rapace lance des balles de ping-pong sur les raquettes des marmottes. Si une marmotte saisit une balle, elle peut éliminer un rapace en le visant.

Varié le nombre de balles disponibles.

Conclusion des séances journalières semaine 1 :



Sieste des marmottes et de leurs petits

VI. Cycle 1.
Cycle de PING-PONG

Ecole Maternelle
SANS Tables.

Année scolaire.....
Lieux possibles : Cours récré/salle /gymnase/stade

Les compétences EPS : Coopérer et s'opposer individuellement ou collectivement
Univers : **Les animaux sauvages.**
Interdisciplinarité : connaissances de la nature, des espèces animales sauvages, géographie.

Semaine 2/6

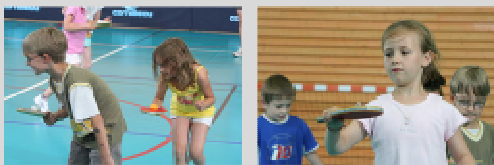
Savoirs à construire : Connaître et comprendre les règles, choisir entre deux stratégies attaque ou défense

Objectif : prendre sans se faire prendre, gêner l'adversaire sans se déstabiliser soi-même, maintenir la balle en équilibre, protéger la balle

LA SITUATION HEBDOMADAIRE

Lapins, lièvres et chasseurs :

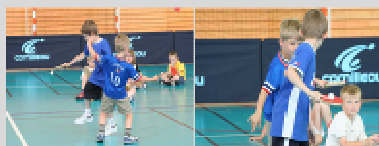
But : manipuler et toucher plus vite et plus précis que l'adversaire.



Déroulement : par 2, les enfants cherchent les solutions pour garder la maîtrise de leur outil tout en déstabilisant l'adversaire.

Matériel : balles de ping-pong cassées orange, balle blanche en bon état, ballons de baudruche de tailles et couleurs différentes, raquettes.

Critères : tenir correctement sa raquette ; ne pas faire tomber la balle ; viser les cibles ; respecter les zones de jeu.



Passer du contrôle visuel de la balle au contrôle kinesthésique, afin de mobiliser l'observation sur l'adversaire.



ECHAUFFEMENT DE LA SEMAINE 2 :

Les lapins et les chasseurs

Se déplacer avec 1 balle cassée en équilibre sur la raquette.
Les lapins marchent, les lièvres courent, les crabes font des pas chassés, les canards marchent accroupis, les kangourous sautent à pieds joints, les sauterelles avancent à cloche-pied. Soudain, arrive 1 chasseur : il lance des balles de ping-pong vers les raquettes et balles des animaux. Le chasseur peut être l'enseignant. Varier le nombre de chasseurs.

PROGRESSION DE LA SITUATION EN SEMAINE 2 :

Lundi : Jeu du miroir Lapin/Lièvre :

2 élèves se font face sur 2 lignes parallèles espacées de 80cm. Chacun tient en main 1 raquette sur laquelle est maintenue en équilibre 1 balle cassée.

Les 2 joueurs se déplacent en pas chassés latéraux. Le lièvre est à l'initiative des feintes de direction. Le lapin suit : il fait le « miroir ». **Le 1^{er} qui fait tomber la balle donne 1 point à son adversaire.** Changer de rôle tous les 3points.

Mardi : Pique fusil ! Principe du miroir, le chasseur suit le lièvre. Le chasseur pose la raquette en équilibre sur la paume de main, manche dirigé vers le lièvre : son « fusil ». Le lièvre garde les 2 mains dans le dos jusqu'au moment où il décide de l'assaut : **surprendre et saisir ou faire tomber le fusil du chasseur.** Si la fusil tombe ou est saisi par le lièvre, 1 point pour celui-ci. Sinon 1 point marqué par le chasseur. Après 3 assauts, changer les rôles.

Jeudi : chasseurs contre lièvres et lapins

Chasse en lançant la balle de ping-pong.
Viser le ballon de baudruche coincé sous le bras (lièvre).
Viser la balle cassée posée sur raquette (lapin).
Changer les rôles régulièrement.

Vendredi : chasseurs chassés !

Tous les joueurs ont une raquette avec balle cassée.
Faire tomber la balle des autres.
Puis sous forme de duel 1 contre 1 avec arbitre.

Conclusion des séances journalière semaine 2 (10'):

Bilan, sieste des lapins, formalisation, exploitation.

VI. Cycle 1.
Cycle de PING-PONG

Ecole Maternelle
SANS Tables.

Année scolaire.....
Lieux possibles : Cours récré/salle /gymnase/stade

Les compétences EPS : Coopérer et s'opposer individuellement ou collectivement
Univers : **Les animaux sauvages.**
Interdisciplinarité : connaissances de la nature, des espèces animales sauvages, géographie.

Semaine 3/6

Savoirs à construire : identifier et reproduire l'attitude adverse ; s'orienter et se placer pour renvoyer la balle et atteindre l'adversaire à distance

Objectif : imiter, renvoyer et atteindre l'adversaire avec des balles à faire rouler. Produire et reproduire des mouvements destinés à renvoyer, esquiver la balle et à l'utiliser pour atteindre l'adversaire.

LA SITUATION HEBDOMADAIRE

Singe et perroquet

But : produire des échanges de balle et reproduire des mouvements de façon simultanée face à un partenaire/adversaire.

ECHAUFFEMENTS DE LA SEMAINE 3

IMITATION (lundi et mardi)

Le perroquet répète les gestes et les mouvements de raquettes du singe.

Le singe varie les mouvements en augmentant progressivement la vitesse d'enchaînement pour faire faire la faute de manipulation au perroquet.

Varié les outils à manipuler : raquette ; balle ; raquette + balle coincée au corps ; 2 raquettes coinçant une balle.

DEVINETTE (jeudi et vendredi)

Le singe et le perroquet se déplacent face à face en zig-zag par des pas chassés. Le perroquet en reculant, le singe en avançant. Au signal de l'enseignant ou lorsqu'il le décide, le singe s'arrête et le perroquet en fait de même.

A ce moment, le singe utilise sa raquette pour écrire une lettre, un chiffre, ou dessiner.

Le perroquet doit lire et deviner ce que le singe écrit.

Variante : se stopper sur un pied ; écrire en même que le singe.

PROGRESSION DE LA SITUATION EN SEMAINE 3

Lundi, L'échange des singes et des perroquets

Le singe et le perroquet échangent 1 balle à faire rouler au sol. Ils doivent adopter successivement 3 positions : **debout**, ils font rouler la balle à l'aide du pied, **accroupis**, puis à **plat ventre** la balle est brossée avec le dos ou la paume de la main.

Maintenir l'échange le plus longtemps possible.

Permettre l'utilisation des 2 mains, puis d'1 seule.

Varié la distance des joueurs : libre, grande, moyenne, petite.

Mardi, L'ECHANGE triple tir / position avec raquette en main

Situation identique à la séance précédente en brossant la balle à l'aide de la raquette lorsqu'on est accroupi ou allongé à plat ventre.



Coup droit



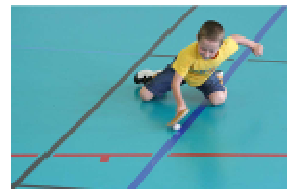
Revers

Jeudi, L'ECHANGE SURPRISE main nue

Le singe renvoie la balle au perroquet dans la position de son choix, le perroquet doit l'imiter précisément.

Possibilité d'adopter d'autres positions : 2 genoux au sol ; 1 seul genou posé ; sur les fesses pieds relevés...

Vendredi L'ECHANGE SURPRISE avec raquette en main.



Conclusion des séances journalières semaine 3 :

Bilan, relaxation, formalisation, exploitation

VI. Cycle 1.
Cycle de PING-PONG

Ecole Maternelle
SANS Tables.

Année scolaire.....
Lieux possibles : Cours récré/salle /gymnase/stade

Les compétences EPS : Coopérer et s'opposer individuellement ou collectivement
Univers : **Les animaux sauvages.**
Interdisciplinarité : connaissances de la nature, des espèces animales sauvages, géographie.

Semaine 4/6

Savoirs à construire : notion de corps à corps ; accepter le contact corporel et les déséquilibres ; ne pas faire mal et ne pas se laisser faire mal ; notion de duel à distance

Objectif : jouer sur la force et la ruse dans le jeu d'équilibre/déséquilibre de l'adversaire, dans l'espace donné.

LA SITUATION HEBDOMADAIRE

DUEL DE GORILLES

But : à distance ou en corps à corps, saisir, frapper ou faire perdre la balle adverse.

Aménagement/sécurité : espaces restreints de 3x3 mètres pour 2 adversaires et 1 arbitre.

Critères :

Point marqué si le gorille saisit, frappe ou faire perdre la balle adverse (le fruit).

Variables :

- varier le nombre de gorilles en jeu.
- Varier les dimensions des espaces de jeu.
- Varier le mode de contrôle de la balle : raquettes dessous et dessus ; raquettes sur les côtés.
- Frappe avec le ballon de baudruche : tenir le ballon par la pince pouce - index.

ECHAUFFEMENT SEMAINE 4 :

Le chat, les poules, les coqs et les poussins.

1 élève (ou 2) joue le rôle du chat, les autres sont répartis en 2 groupes placés de part et d'autre d'un terrain rectangulaire : les poules et les coqs. Sur le terrain se trouvent 10 balles de ping-pong orange : les poussins. Lorsque le chat miaule, les poules et les coqs pénètrent à l'intérieur du terrain et forment des paires (1 poule, 1 coq). **Le chat ne peut attraper que des poules ou des coqs seuls.** Dès lors qu'une paire est formée, lorsque le coq et la poule tiennent 1 poussin entre leurs pattes, c'est-à-dire lorsqu'ils coincent 1 balle entre leurs 2 raquettes, les volailles deviennent invulnérables. La poule ou le coq attrapé devient chat.

PROGRESSION DE LA SITUATION EN SEMAINE 4 :

Lundi : POUSSE-POUSSE GORILLE !

1 raquette par gorille. Chacun bloque la balle à l'aide de la raquette contre 1 jambe ou 1 bras ou le ventre.



Déstabiliser l'adversaire pour lui faire perdre la balle en le poussant : épaule contre épaule ; 1 ou 2 pieds au sol.

Mardi : PIQUE BANANE !

Balle à bloquer avec la raquette contre l'extérieur de la cuisse ou contre le ventre. **Saisir la balle adverse avec la main libre.** Changer régulièrement de main et de façon de bloquer la balle. **Variante** : saisir la raquette adverse posée sur la paume de main.

Jeudi : COUP DE PATTE !

A. 1 ballon de baudruche est coincé entre 2 raquettes, une au-dessus, l'autre en-dessous. L'adversaire est main nue, et doit dégommer la balle d'une frappe à l'aide d'une **main nue**, sans faire mal et sans se faire mal, dans la zone de jeu délimitée.

B. 1 balle de ping-pong est coincée entre 2 raquettes, l'attaquant frappe les raquettes à l'aide d'un ballon de baudruche.



Vendredi : 3 ateliers

1. POUSSE-POUSSE / 2. PIQUE BANANE / 3. COUP DE PATTE

Conclusion des séances journalières semaine 4 :

Le repos des gorilles, assis dos contre dos, balle sous la raquette et raquette posée entre les pieds.

VI. Cycle 1.
Cycle de PING-PONG

Ecole Maternelle
SANS Tables.

Année scolaire.....
Lieux possibles : Cours récré/salle /gymnase/stade

Les compétences EPS : Coopérer et s'opposer individuellement ou collectivement
Univers : **Les animaux sauvages.**
Interdisciplinarité : connaissances de la nature, des espèces animales sauvages, géographie.

Semaine 5/6

Savoirs à construire : connaître et comprendre les règles, s'orienter et se placer pour entrer en contact avec la balle, se tenir prêt et jouer lorsque l'adversaire est prêt.

Objectif : renvoyer la balle en revers d'une situation stable à une situation incertaine, mettre en place des repères pour distinguer le revers et le coup droit, pour se placer sur une trajectoire de balle.

LA SITUATION HEBDOMADAIRE

OURS ET ABEILLES

But : l'ours joue en revers pour se défendre des balles-abeilles qu'il frappe de son coup de patte-raquette.

Aménagement/sécurité :

Utilisation de plots ou de tapis ou lignes de sol existantes pour délimiter la distance des tirs.

Balles, raquettes.

Consignes :

Le joueur-abeille lance la balle vers le ventre du joueur-ours.

L'ours renvoie avec sa raquette en revers.

L'ours maintient sa raquette dans l'axe du ventre. Toutefois, il ne colle pas sa raquette contre le ventre mais garde une distance suffisante, comme s'il encerclait un tronc d'arbre de ses deux bras.

10 lancers/10 renvois. Ramasser. Changer les rôles.

Critères :

Nombre de renvois réussis, sur dix.

Prise de raquette correcte.



ECHAUFFEMENT DE LA SEMAINE 5

FACE / EFFACE

But : faire face pour frapper ou esquiver pour capturer.

Un **lanceur** vise son adversaire au corps ou 1 des 2 bassines posées au sol, à droite et à gauche de son adversaire.

Le **réceptionneur** tient une bassine des 2 mains. Il peut soit capturer la balle soit frapper la balle à l'aide de la bassine.

Tenue à **l'endroit**, la bassine sert à capturer. Tenue à **l'envers** elle est utilisée pour frapper.

Après 5 lancers, changer de rôle.

Critères : nombre de balles dans les bassines pou 5 lancers.

Varié la distance des 2 joueurs et des bassines au sol.

Varié type de lancers et de prise d'élan

PROGRESSION DE LA SITUATION EN SEMAINE 5

Lundi : Balle-abeille à lancer à la main à **1 m** de distance, avec une prise d'élan sous et derrière la hanche (**lancer « pétanque »**).

Mardi : Balle-abeille à lancer à la main à **2 m** de distance, avec une prise d'élan au-dessus et derrière l'oreille (**lancer « fléchette »**)

Jeudi : Balle-abeille à **frapper avec une raquette côté revers**, à distances variables.

Vendredi : **3 ateliers**

Lancer pétanque / Lancer fléchette / Frappe revers

Conclusion des séances journalière semaine 5 :

Balles-scorpions et sieste des lézards

Par 2, assis/accroupis au sol à 2-3m de distance, échanger 2 balles roulées au sol à l'aide de la raquette. La balle est le scorpion, la raquette est le gant protecteur. Toucher l'adversaire avec la balle-scorpion et se protéger avec le gant-raquette. Toutes les autres parties du corps sont vulnérables. 1 point par touche.

Avec la progression des élèves et en cours de cycle, la distance entre les deux joueurs sera raccourcie.

Sieste des lézards.

VI. Cycle 1.
Cycle de PING-PONG

Ecole Maternelle
SANS Tables.

Année scolaire.....
Lieux possibles : Cours récré/salle /gymnase/stade

Les compétences EPS : Coopérer et s'opposer individuellement ou collectivement
Univers : **Les animaux sauvages.**
Interdisciplinarité : connaissances de la nature, des espèces animales sauvages, géographie.

Semaine 6/6

Savoirs à construire : connaître et comprendre les règles, passer le bras devant soi ou à côté de soi selon la direction de la balle adverse, se tenir prêt et jouer lorsque l'adversaire est prêt.

Objectif : renvoyer la balle côté coup droit, d'une situation stable à une situation incertaine.

LA SITUATION HEBDOMADAIRE	ECHAUFFEMENT DE LA SEMAINE 6
<p>Le torero et les balles taureau</p> <p>But : le torero joue coup droit pour frapper la balle-taureau</p> <p>Aménagement/sécurité : Utilisation de plots ou de tapis ou lignes de sol existantes pour délimiter la distance des tirs. Balles de ping-pong plus ou moins grosses, ballons de baudruche.</p> <p>Déroulement :</p> <p>Le taureau (balle) arrive « lancée » vers le torero. Le torero frappe le taureau à l'aide de sa raquette en se plaçant obligatoirement à côté de la trajectoire de la balle-taureau qui lui fonce dessus. 10 lancers / 10 renvois. Ramasser. Changer les rôles.</p> <p>Remédiations :</p> <ul style="list-style-type: none">- raquette à tenir à deux mains pour obliger le positionnement à côté de la balle.- reculer pour laisser un rebond au sol avant la frappe.- avec ballon de baudruche : le taureau frappe à la main et le torero a la raquette prise deux mains, puis à une main. <p>Critères :</p> <p>Nombre de renvois réussis, sur dix. Prise de raquette correcte.</p>	<p>DANS L'ARENE :</p> <p>Les 2/3 de la classe sont toreros, le 1/3 restant est constitué de taureaux. A l'aide de leur pull-over/veste/serviette, à tenir à 2 mains, puis à 1main, puis au bout d'une raquette, les toreros évitent les taureaux qui les poursuivent et les chargent. La charge du taureau est 1 lancer de ballon en mousse/1 balle de ping-pong/1frappe de balle de ping-pong à l'aide d'une raquette.</p>
	<p>PROGRESSION DE LA SITUATION EN SEMAINE 6 :</p> <p>Lundi : Balle-taureau à lancer lentement à 1m de distance, avec 1 prise d'élan sous et derrière la hanche (lancer « pétanque »). 3 évolutions pour la frappe coup droit du torero : -Le torero frappe la balle à l'aide de la paume de sa main directrice -Puis avec la main opposée qui saisit la main directrice au poignet. -Puis à l'aide de sa raquette tenue main droite et elle-même maintenue au poignet par la main gauche.</p>
	<p>Mardi, Balle-taureau à lancer à vitesse progressive à 2m de distance, avec une prise d'élan au-dessus et derrière l'oreille (lancer « fléchette ») 3 évolutions identiques à Lundi.</p>
	<p>Jeudi : les 2 joueurs ont une raquette la balle-taureau est à frapper à l'aide du côté revers d'une raquette. + 3 évolutions</p>
	<p>Vendredi, Balle-taureau à frapper avec une raquette coup droit, à distance variable.</p>
<p>Conclusion des séances journalières semaine 6 :</p> <p>Balles-scorpions et sieste des lézards Par 2, assis/accroupis au sol à 2-3m de distance, échanger 2 balles roulées au sol à l'aide de la raquette. La balle est le scorpion, la raquette est le gant protecteur. Toucher l'adversaire avec la balle-scorpion et se protéger avec le gant-raquette. Toutes les autres parties du corps sont vulnérables. 1 point par touche. Avec la progression des élèves et en cours de cycle, la distance entre les deux joueurs sera raccourcie.</p> <p>Sieste des lézards</p>	