

# FRAPPER

## Situation n°1

Fiche  
N°78

### ACTIVITES DE RAQUETTES

#### But : Coordonner la rencontre balle/raquette



- Organisation :**
- ▶ 4 ateliers (cf les ateliers A1, A2, A3, A4).
  - ▶ 1 raquette par enfant.
  - ▶ A1 : suspendre des balles à différents endroits de la salle en ajustant la hauteur à la taille des enfants.
  - ▶ A2, A3, A4 : une balle par enfant.



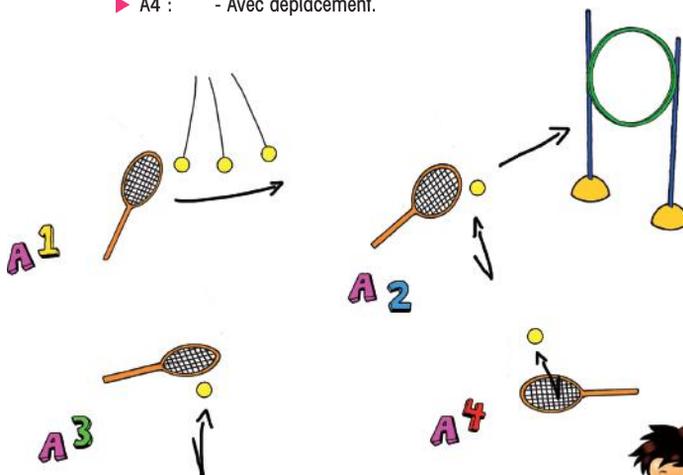
- Consignes :**
- ▶ A1 : frapper la balle avec la raquette.
  - ▶ A2 : lancer la balle (à la main) au sol et après le rebond la frapper avec la raquette.
  - ▶ A3 : faire rebondir la balle contre le sol avec la raquette (le plus de fois possible).
  - ▶ A4 : faire rebondir la balle sur sa raquette (le plus de fois possible).



- Conseils :**
- ▶ Prévoir différents types de raquette.
  - ▶ Etre vigilant sur le poids de la raquette ainsi que sur le diamètre du manche.



- Evolutions :**
- ▶ A2 : - Faire rebondir la balle dans un espace délimité (ex : un cerceau).
  - L'enfant monte debout sur un caisson.
  - ▶ A4 : - Avec déplacement.



#### SÉCURITÉ :

Prévoir assez d'espace entre les enfants.



#### Matériels adaptés à l'exercice :

- 10190 - Cerceaux pour visée - lot de 3
- K5015 - Cônes multi-jeux à trous avec encoches hauteur 50 cm - lot de 4
- K52320 - Set initiation mini tennis

# FRAPPER ENVOYER

Situation n°1

Fiche  
N°79

## ACTIVITES DE RAQUETTES

### But : Faire rouler la balle avec précision



- Organisation :**
- ▶ 2 par 2, face à face, distants de 5 à 6 m.
  - ▶ 2 plots au milieu des deux joueurs, distants de 2 m.
  - ▶ 1 raquette par enfant.
  - ▶ 1 balle pour deux.



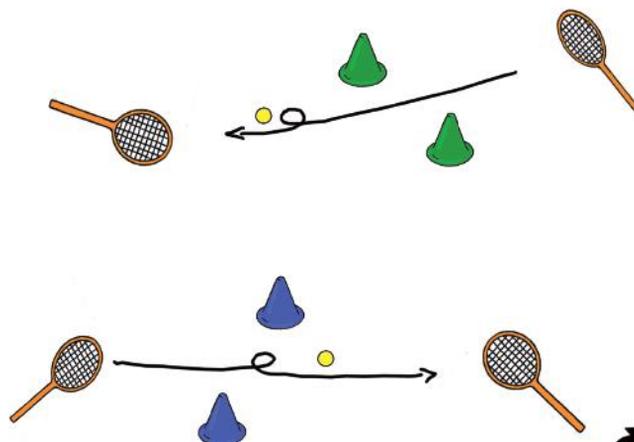
- Consignes :**
- ▶ Envoyer la balle en la faisant rouler à son partenaire.
  - ▶ A chaque passe, la balle doit passer entre les deux plots.
  - ▶ Compter le nombre de passes réussies.



- Conseils :**
- ▶ Privilégier des balles dures (ex : balles de tennis).



- Evolutions :**
- ▶ Relancer la balle sans la bloquer.
  - ▶ Diminuer l'espace entre les deux plots.



### Matériels adaptés à l'exercice :

10480 - Cône caoutchouc souple hauteur 18 cm - lot de 12  
K52320 - Set initiation mini tennis

# FRAPPER ENVOYER

## Situation n°2 - La récolte des noix de coco

Fiche  
N°80

### ACTIVITES DE RAQUETTES

#### But : Envoyer loin



- Organisation :**
- ▶ 2 équipes : « les enfants » et « les singes ».
  - ▶ Un terrain de jeu divisé dans le sens de la longueur, en quatre zones :
    - la forêt : espace où se trouvent « les enfants », avec chacun une raquette, et des balles représentant des noix de coco.
    - la rivière : espace de jeu interdit aux 2 équipes.
    - zone B : espace où se trouvent « les singes », avec une caisse pour stocker les noix de coco interceptées.
    - zone A : espace représentant la maison des enfants.



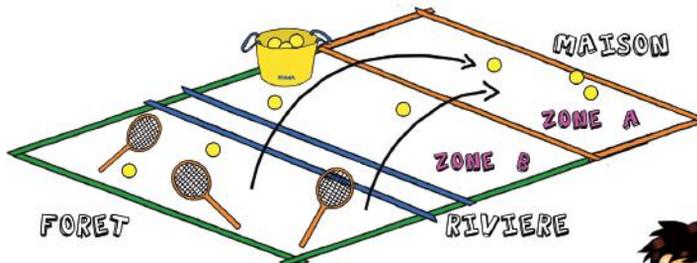
- Consignes :**
- ▶ **1<sup>ère</sup> manche :**
    - les enfants envoient (avec leur raquette) les noix de coco dans leur maison.
    - les singes tentent d'intercepter, à la main, les noix de coco et les déposent dans la caisse.
    - une fois que toutes les noix de coco sont lancées, les enfants comptent combien sont arrivées dans leur maison.
  - ▶ **2<sup>ème</sup> manche :**
    - même principe en inversant les rôles.
    - à la fin de la 2<sup>ème</sup> manche, l'équipe d'enfants qui a récupéré le plus de noix de coco a gagné.



- Conseils :**
- ▶ Prévoir un nombre suffisant de noix de coco.



- Evolutions :**
- ▶ Augmenter la longueur du terrain de jeu.
  - ▶ Prévoir des noix de coco de grosseur différente (ballons en mousse).
  - ▶ Installer un filet (type filet de tennis, ou une corde) dans la rivière.



#### SÉCURITÉ :

Eviter des balles trop dures et trop lourdes.  
Prévoir un espace de jeu suffisamment large.



### Matériels adaptés à l'exercice :

- 10373 - Bande vinyle 10 mètres
- K5057 - Corde à tirer - longueur 10 mètres
- K5250 - Sac range tout
- K52320 - Set initiation mini tennis
- KBG15293 - Ballon de jonglage (diam. 20 cm) - lot de 12
- KBG15461 - Balles de jonglage assorties - lot de 7

# FRAPPER ENVOYER

## Situation n°3 - Les balles brûlantes

Fiche  
N°81

### ACTIVITES DE RAQUETTES



**But :** Frapper rapidement pour atteindre une cible

- Organisation :**
- ▶ 2 équipes (5-6 joueurs par équipe).
  - ▶ 1 espace de jeu délimité (longueur 8 à 10 m, largeur 5 à 8 m) partagé en deux par un filet (ex : filet tennis, corde...), une équipe de chaque côté du filet.
  - ▶ 1 raquette par enfant.
  - ▶ 2 balles par enfant.



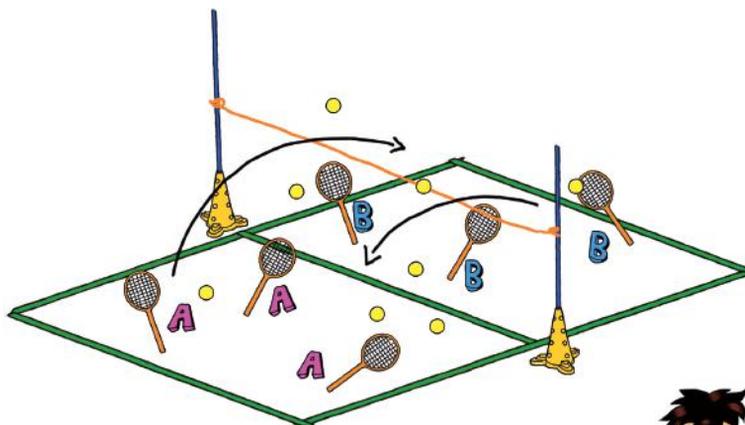
- Consignes :**
- ▶ Envoyer sa balle par-dessus le filet dans le terrain adverse puis renvoyer les balles qui arrivent dans votre terrain par-dessus le filet.
  - ▶ Le jeu s'arrête au signal.
  - ▶ L'équipe qui a le moins de balles dans son camp, à la fin de la partie, a gagné.



- Conseils :**
- ▶ Privilégier l'utilisation de balles en mousse.
  - ▶ Durée du jeu : 3 à 4 minutes.



- Evolutions :**
- ▶ Dans une même équipe, les enfants ont différentes raquettes (tennis de table, mini-tennis, badminton) et balles ou volants correspondants.
  - ▶ Augmenter la longueur du terrain.



### SÉCURITÉ :

Eviter des balles trop dures et trop lourdes.  
Prévoir un espace de jeu suffisamment large.



### Matériels adaptés à l'exercice :

**10373** - Bande vinyle 10 mètres  
**K5057** - Corde à tirer - longueur 10 mètres  
**TT010** - Balles de tennis de table Cornilleau pro blanches pack de 72  
**TT050** - Raquette de tennis de table Cornilleau Tacteo T50  
**BAD190** - Set de mini badminton  
**BAD400** - Raquette badminton Babolat mini bad

**BAD621** - Volant badminton Babolat practice medium tube de 6 - jaune  
**K52320** - Set initiation mini tennis  
**KITBAD01** - Kit de badminton mini bad

### ACTIVITES DE RAQUETTES

#### But : Maîtriser sa frappe



- Organisation :**
- ▶ 2 par 2, disposés face à face, un attaquant et un gardien (distants de 5-6 m).
  - ▶ 2 plots écartés d'environ 3 m, représentant le but dans lequel le gardien se place.
  - ▶ 1 raquette (ex : raquette mini-tennis) par enfant et une balle pour l'attaquant.



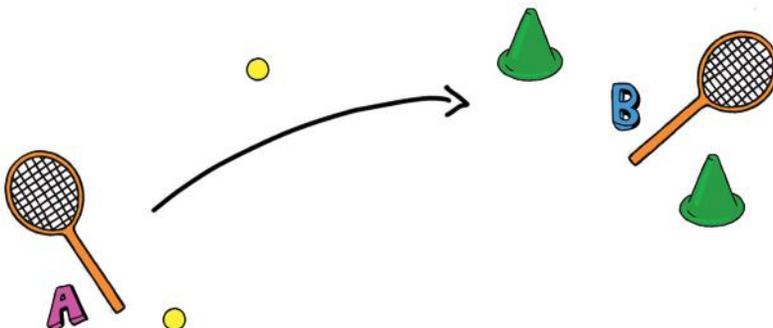
- Consignes :**
- ▶ Pour l'attaquant : avec la raquette, envoyer la balle pour qu'elle passe entre les deux plots.
  - ▶ Pour le gardien : empêcher la balle de rentrer dans le but, avec sa raquette.



- Conseils :**
- ▶ Inverser les rôles toutes les 5 balles.



- Evolutions :**
- ▶ Diminuer la largeur du but.
  - ▶ Augmenter la distance entre l'attaquant et le gardien.



#### Matériels adaptés à l'exercice :

10480 - Cône caoutchouc souple hauteur 18 cm - lot de 12  
K52320 - Set initiation mini tennis

## ACTIVITES DE RAQUETTES

**But :** Frapper avec précision vers une cible verticale



**Organisation :**

- ▶ Un mur sur lequel on matérialise des cibles (1 m de côté).
- ▶ Matérialiser l'espace d'où l'enfant doit lancer.
- ▶ Une raquette par enfant et des balles.



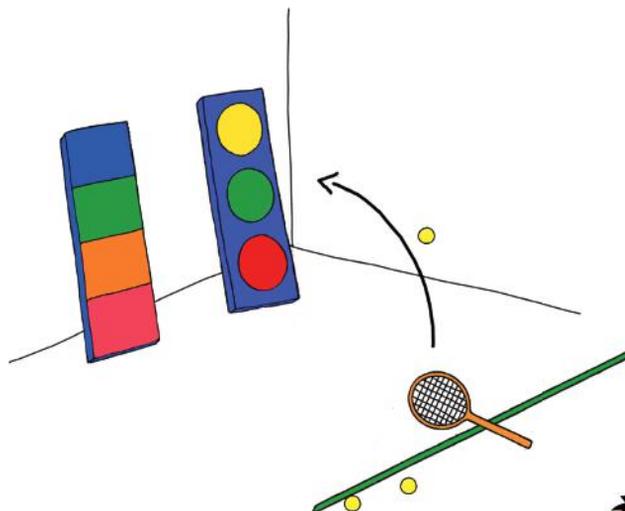
**Consignes :**

- ▶ Envoyer la balle dans une des cibles.



**Evolutions :**

- ▶ Varier la taille et la forme des cibles.
- ▶ Augmenter la distance entre la cible et l'enfant.
- ▶ Atteindre la cible indiquée par l'animateur.
- ▶ Varier les trajectoires (de face, en diagonale).



### SÉCURITÉ :

Prévoir assez d'espace entre les groupes.

### Matériels adaptés à l'exercice :

- 10373 - Bande vinyle 10 mètres
- 70095 - Cible bâche baby athlé 150x170 cm
- 70097 - Cible bâche pour zone de réception de lancer 300x100 cm
- 70098 - Cible bache verticale de visée pour lancer 130x130 cm
- 70099 - Cible de visée 130x130 cm
- K52320 - Set initiation mini tennis

### ACTIVITES DE RAQUETTES

**But : Frapper avec précision vers une cible horizontale**



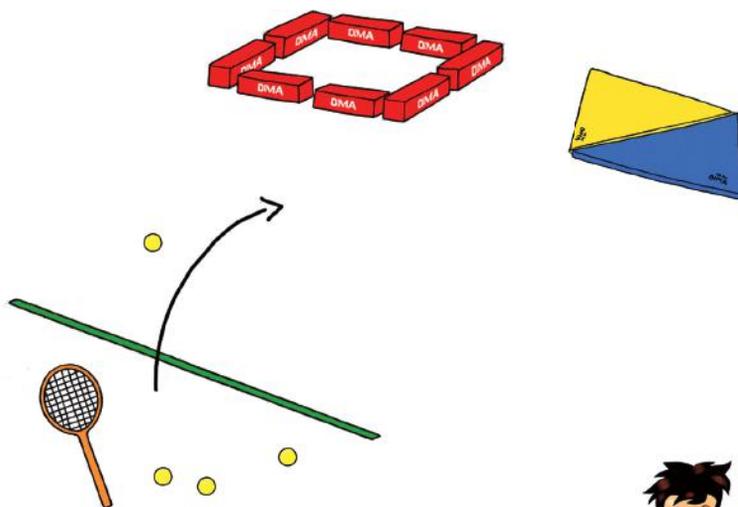
- Organisation :**
- ▶ Matérialiser 3 cibles au sol.
  - ▶ Matérialiser l'espace d'où l'enfant doit lancer.
  - ▶ 1 raquette par enfant et 3 balles



- Consignes :**
- ▶ Envoyer une balle dans chaque cible.
  - ▶ On gagne un point quand les trois cibles sont atteintes.



- Evolutions :**
- ▶ Varier la taille et la forme des cibles.
  - ▶ Augmenter la distance entre la cible et l'enfant.
  - ▶ Varier les trajectoires (de face, en diagonale).
  - ▶ Utiliser des raquettes différentes (tennis de table, badminton) et des balles et volants adaptés.



### Matériels adaptés à l'exercice :

- 10373** - Bande vinyle 10 mètres
- 70095** - Cible bâche baby athlé 150x170 cm
- 70097** - Cible bâche pour zone de réception de lancer 300x100 cm
- 70098** - Cible bâche verticale de visée pour lancer 130x130 cm
- K5025** - Cerceau plat diam. 60 cm - l'unité

- TT010** - Balles de tennis de table Cornilleau pro blanches pack de 72
- TT050** - Raquette de tennis de table Cornilleau Tacteo T50
- BAD400** - Raquette badminton Babolat mini bad
- BAD621** - Volant badminton Babolat practice medium tube de 6 - jaune
- K52320** - Set initiation mini tennis
- KITBAD01** - Kit de badminton mini bad

# SE DEPLACER

## Situation n°1 - La fermière et ses œufs

Fiche  
N°85

### ACTIVITES DE RAQUETTES

#### But : Se déplacer en fonction de la trajectoire de la balle



- Organisation :**
- ▶ 2 équipes (4-6 joueurs par équipe) : « les fermières » et « les enfants ».
  - ▶ 1 espace de jeu délimité, partagé en deux par un filet : un terrain par équipe.
  - ▶ pour « les fermières » : une raquette chacune (ex : raquette mini-tennis) et des balles (représentant des œufs).
  - ▶ 1 caisse représentant un panier dans le terrain des « enfants ».



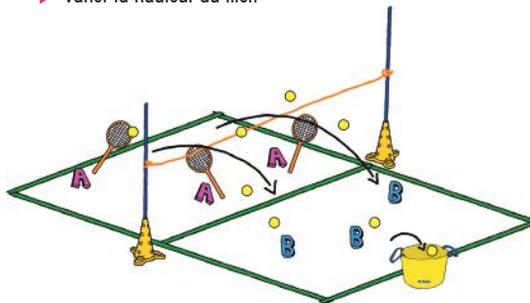
- Consignes :**
- ▶ **1<sup>ère</sup> manche :**
    - pour « les fermières » : avec la raquette, envoyer les œufs aux «enfants» par dessus le filet.
    - pour « les enfants » : attraper les œufs avant qu'ils ne tombent par terre et les déposer dans le panier.
    - une fois que tous les œufs sont lancés, « les enfants » comptent combien ont été déposés dans le panier.
  - ▶ **2<sup>ème</sup> manche :**
    - même principe en inversant les rôles.
    - à la fin de la 2<sup>ème</sup> manche, l'équipe d'enfants qui a récupéré le plus d'œufs a gagné.



- Conseils :**
- ▶ Prévoir suffisamment d'œufs.



- Evolutions :**
- ▶ Utiliser différentes raquettes (tennis de table, badminton) et balles et volants adaptés.
  - ▶ Permettre un ou plusieurs rebonds.
  - ▶ Diminuer le nombre d'enfants.
  - ▶ Varier la hauteur du filet.



#### Matériels adaptés à l'exercice :

- 10191 - Socle multifonction - l'unité
- 10373 - Bande vinyle 10 mètres
- 10580 - Bande élastique velcro
- K5035 - Jalon longueur 120 cm - lot de 8
- K5250 - Sac range tout
- K52320 - Set initiation mini tennis

# SE DEPLACER

## Situation n°2

Fiche  
N°86

### ACTIVITES DE RAQUETTES

#### But : Se déplacer en fonction d'une trajectoire et renvoyer



- Organisation :**
- ▶ Un enfant face à un mur.
  - ▶ Une raquette et une balle par enfant.
  - ▶ Matérialiser l'espace d'où l'enfant doit lancer (3 m du mur).



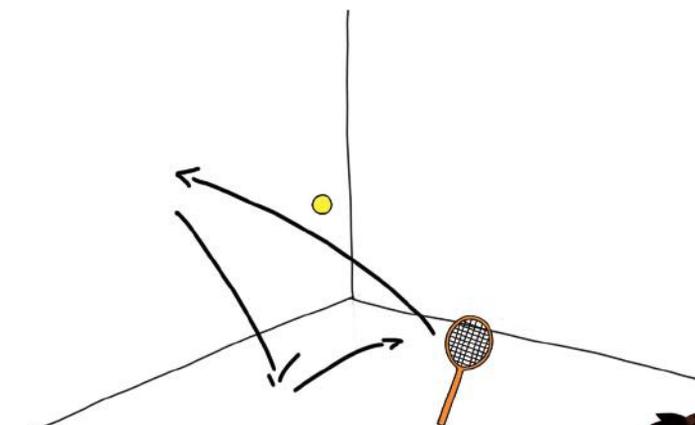
- Consignes :**
- ▶ Envoyer la balle contre le mur, l'attendre (avec ou sans rebond) et la renvoyer.
  - ▶ Jouer le plus longtemps possible.



- Conseils :**
- ▶ Prévoir assez d'espace entre les enfants.
  - ▶ Prévoir un espace (le mur) suffisamment grand (hauteur et largeur).



- Evolutions :**
- ▶ Limiter à un le nombre de rebond.
  - ▶ Supprimer le rebond.
  - ▶ Matérialiser une ligne sur le mur : la frappe doit être au-dessus.
  - ▶ Augmenter la distance entre le mur et l'enfant.
  - ▶ Varier les trajectoires (de face, en diagonale).



#### Matériels adaptés à l'exercice :

K52320 - Set initiation mini tennis