

VII. Cycle 2, Classe de CP

Ecole Primaire ..... Année scolaire.....

Cycle de PING-PONG

**AVEC Tables**

Lieux possibles : Cours récré/salle /gymnase/stade

Les compétences EPS :

Réaliser une action que l'on peut mesurer

Univers :

LES PIRATES

Compétences transversales :

histoire, géographie

**Séance 1/6**

Savoirs à construire : comprendre et mémoriser les règles, adapter son lancer aux distances et aux cibles, accélérer, remettre le matériel en place au signal du changement d'atelier

Objectif : doser sa force, atteindre des cibles, s'engager dans des courses et manipulations en réagissant aux signaux.

Intitulé des étapes de séance	Descriptif des situations
<p><b>L'entrée de séance : Triple tir, triple position</b></p>	<p><i>A deux, face à face, distants de 5 pas, échanger la balle en la faisant successivement rouler avec le pied position debout, avec la main position accroupie, avec la main position allongée sur le ventre. Compter un record d'échanges.</i></p>
<p><b>Atelier 1: BOULETS CANONS</b></p>  <p><b>But</b> : faire reculer d'un pas l'adversaire par des lancers directs dans son camp.</p>	<p><b>Aménagement</b> : une table sans filet et 5 plots de couleurs différentes pour deux joueurs. Les plots sont espacés d'un mètre chacun dans l'axe de la table, le premier étant placé à 50 centimètres de la ligne de fond de la table.</p> <p><b>Critères</b> : réussite si le camp adverse est atteint au premier rebond de balle. Le vainqueur est le joueur qui se trouve le plus proche de la table à la fin du temps de jeu.</p> <p><b>Consignes</b>: viser, accélérer, coordonner membres inférieurs et membres supérieurs, reculer d'un plot lorsque l'adversaire touche mon camp avec le lancer de balle, avancer d'un pas lorsqu'il rate.</p> <p><b>Variante</b> : en posant un genou au sol, le genou droit lancer main droite</p>
<p><b>Atelier 2: Les bateaux pirates approchent !</b></p> <p><b>Déroulement</b> : Les raquettes posées debout sur la ligne de fond de la table sont les bateaux pirates. Le joueur placé juste derrière est le chef pirate. En face, le marin envoie des balles/boulets canons sur les navires pour défendre le port. Le port est matérialisé par la moitié de table, c'est-à-dire par le filet. Après 1 assaut de 5 tirs du marin, les bateaux non coulés progressent d'une longueur vers le port. Lorsqu'elles sont touchées, les raquettes-bateaux sont récupérées par le chef des pirates. Si elle tombe, la raquette - bateau est coulée. Le marin réalise en tout 5 assauts.</p> 	<p><b>But</b>: les marins attaquent par des lancers de boulets canons (balles) les bateaux pirates (raquettes) avant qu'ils ne débarquent au port</p> <p><b>Critères</b> : le marin a 3 assauts de 5 tirs. Il gagne s'il fait couler les bateaux, c'est-à-dire faire tomber les raquettes sans que le pirate n'ait pu les récupérer à la main avant leur chute sur la table. Le pirate gagne lorsqu'il arrive à faire avancer un navire au port.</p> <p><b>Remédier / Simplifier</b> en remplaçant les lancers à la main, par des tirs en balle roulée, à la main, puis à la raquette, sur table sans filet. Les balles deviennent alors les bateaux marins qui partent à l'attaque des bateaux pirates.</p>  <p><b>Développer/Complexifier</b> en remplaçant les lancers à la main par des tirs de balle avec une frappe de raquette.</p> 
<p><b>Atelier 3 : Course au trésor</b></p>  <p><b>But</b>: 2 élèves font la course, sous forme de navette aller-retour pour récupérer et déposer les balles, le plus vite possible.</p>	<p><b>Aménagement</b> : une table pour 4, nombre de bassines variable de 3 à 4 par table, nombre de balles variable de 5 à 10 par table.</p> <p><b>Consignes</b> : Saisir, courir, déposer, accélérer, respecter les modalités de saisie, de course, de dépôt</p> <p><b>Critères</b> : Nombre de balles récupérées supérieur ou inférieur à l'adversaire. Les modalités des saisies, des dépôts, et des courses à respecter (selon les développements)</p> <p><b>Variables didactiques</b> : dispositions des bassines, position de la bassine, modes de déplacements, type de préhension des balles, avec/sans raquette...</p>
<p><b>La sortie de séance</b></p>	<p>Rangement du matériel, relaxation et bilan</p>

VII. Cycle 2, Classe de CP

Cycle de PING-PONG

Les compétences EPS :

Univers :

Compétences transversales :

Séance 2/6

Savoirs à construire : comprendre et mémoriser les règles, adapter son lancer aux distances et aux cibles, accélérer, remettre le matériel en place au signal du changement d'atelier

Objectif : doser sa force, atteindre des cibles, s'engager dans des courses et manipulations en réagissant aux signaux

Ecole Primaire ..... Année scolaire.....




**AVEC Tables**

Lieux possibles : Cours récré/salle /gymnase/stade

Réaliser une action que l'on peut mesurer

LES PIRATES

histoire, géographie

Intitulé des étapes de séance	Descriptif des situations
<p>L'entrée de séance : Jonglage main nue</p>	<p>Jongler avec la paume de la main et la balle de ping-pong en laissant un rebond au sol entre chaque touche. Compter un record.</p>
<p><b>Atelier 1: BOULETS CANONS</b></p>  <p><b>But</b> : faire reculer d'un pas l'adversaire par des lancers directs dans son camp en gardant les deux pieds sur la même ligne.</p>	<p><b>Aménagement</b> : une table sans filet et 5 cordes ou lattes pour deux joueurs. Les cordes sont espacées d'un mètre chacune dans l'axe de la table, la première est placée à 50 centimètres de la ligne de fond de la table.</p> <p><b>Critères</b> : maintenir ses deux pieds au sol et sur la même ligne, c'est-à-dire sur la corde, au moment du lancer. Réussite si le camp adverse est atteint au premier rebond de balle. Le vainqueur est le joueur qui se trouve le plus proche de la table à la fin du temps de jeu.</p> <p><b>Consignes</b>: viser, accélérer, coordonner membres inférieurs et membres supérieurs, reculer d'un pas lorsque l'adversaire touche mon camp avec le lancer de balle, avancer d'un pas lorsqu'il rate. Le lancer n'est pas validé si un pied se décolle de la corde.</p> <p><b>Variante</b> : le lancer se fait en sautant les deux pieds simultanément de l'arrière vers l'avant de la corde</p>
<p><b>Atelier 2: Les Bateaux pirates approchent !</b></p> 	<p><b>But</b>: les marins attaquent par des lancers de boulets canons (balles) les bateaux pirates (raquettes) avant qu'ils ne débarquent au port</p> <p><b>Critères</b> : le marin a 3 assauts de 5 tirs. Il gagne s'il fait couler les bateaux, c'est-à-dire tomber les raquettes sans que le pirate n'ait pu les récupérer à la main avant leur chute sur la table. Le pirate gagne lorsqu'il arrive à faire avancer un navire au port.</p> <p><b>Remédier/Simplifier</b> en remplaçant les lancers à la main, par des tirs en balle roulée, à la main, puis à la raquette, sur table sans filet. Les balles deviennent alors les bateaux marins qui partent à l'attaque des bateaux pirates.</p> <p><b>Développer/Complexifier</b> en remplaçant les lancers à la main par des tirs de balle avec une frappe de raquette.</p>
<p><b>Situation 3 : Course au trésor</b></p>  <p><b>But</b>: 2 élèves font la course, sous forme de navette aller-retour pour récupérer et déposer les balles, le plus vite possible.</p>	<p><b>Aménagement</b> : une table pour 4, nombre de bassines variable de 3 à 4 par table, nombre de balles variable de 5 à 10 par table.</p> <p><b>Consignes</b>: Saisir, courir, déposer, accélérer, respecter les modalités de saisie, de course, de dépôt</p> <p><b>Critères</b> : Nombre de balles récupérées supérieur ou inférieur à l'adversaire Les modalités des saisies, des dépôts, et des courses à respecter (selon les développements)</p> <p><b>Variables didactiques</b> : dispositions des bassines, position de la bassine, modes de déplacements, type de préhension des balles, avec/sans raquette...</p>
<p>La sortie de séance</p>	<p>Rangement du matériel, relaxation et bilan</p>

VII. Cycle 2, Classe de CP.

## Cycle de PING-PONG

Les compétences EPS :

Univers :

Compétences transversales :

### Séance 3/6

Savoirs à construire : comprendre et mémoriser les règles, adapter son lancer aux distances et aux cibles, accélérer, remettre le matériel en place au signal du changement d'atelier

Objectif : doser sa force, atteindre des cibles, s'engager dans des courses et manipulations en réagissant aux signaux

Ecole Primaire ..... Anne scolaire.....

**AVEC Tables**

Lieux possibles : Cours récré/salle /gymnase/stade

Réaliser une action que l'on peut mesurer

LES PIRATES

histoire, géographie

Intitulé des étapes de séance	Descriptif des situations
L'entrée de séance : Jonglage main nue	Jongler avec le <b>dos de la main</b> et la balle de ping-pong en laissant un rebond au sol entre chaque touche. Compter un record.
<b>Atelier 1: BOULETS CANONS</b> 	<p><b>But</b> : faire reculer d'un pas l'adversaire par des lancers sur un pied, directement dans son camp</p> <p><b>Aménagement</b> : une table sans filet et 5 cerceaux de couleurs différentes pour deux joueurs. Les cerceaux sont espacés d'un mètre chacun dans l'axe de la table, le premier est placé à 50 centimètres de la ligne de fond de la table.</p> <p><b>Critères</b> : réussite si le camp adverse est atteint au premier rebond de balle. Le vainqueur est le joueur qui se trouve le plus proche de la table à la fin du temps de jeu. Echec si le deuxième pied est posé au sol avant que la balle lancée ait touchée le sol ou l'adversaire après son rebond sur le camp adverse.</p> <p><b>Consignes</b>: viser, accélérer, coordonner membres inférieurs et membres supérieurs, reculer d'un pas lorsque l'adversaire touche mon camp avec le lancer de balle, avancer d'un pas lorsqu'il rate.</p> <p><b>Variante</b> : les deux pieds sont posés sur les bords arrondis du cerceaux, et ne doivent pas décoller au moment du lancer, ni après.</p>
<b>Atelier 2 : Les bateaux pirates approchent !</b> 	<p><b>But</b>: les marins attaquent par des lancers de boulets canons (balles) les bateaux pirates (raquettes) avant qu'ils ne débarquent au port</p> <p><b>Critères</b> : le marin a 3 assauts de 5 tirs. Il gagne s'il fait couler les bateaux, c'est-à-dire tomber les raquettes sans que le pirate n'ait pu les récupérer à la main avant leur chute sur la table. Le pirate gagne lorsqu'il arrive à faire avancer un navire au port.</p> <p><b>Remédier/Simplifier</b> en remplaçant les lancers à la main, par des tirs en balle roulée, à la main, puis à la raquette, sur table sans filet. Les balles deviennent alors les bateaux marins qui partent à l'attaque des bateaux pirates.</p> <p><b>Développer/Complexifier</b> en remplaçant les lancers à la main par des tirs de balle avec une frappe de raquette.</p>
<b>Atelier 3 : Course au trésor</b>  <p><b>But</b>: 2 élèves font la course, sous forme de navette aller-retour pour récupérer et déposer les balles, le plus vite possible.</p>	<p><b>Aménagement</b> : une table pour 4, nombre de bassines variable de 3 à 4 par table, nombre de balles variable de 5 à 10 par table.</p> <p><b>Consignes</b> : Saisir, courir, déposer, accélérer, respecter les modalités de saisie, de course, de dépôt</p> <p><b>Critères</b> : Nombre de balles récupérées supérieur ou inférieur à l'adversaire Les modalités des saisies, des dépôts, et des courses à respecter (selon les développements)</p> <p><b>Variables didactiques</b> : dispositions des bassines, position de la bassine, modes de déplacements, type de préhension des balles, avec/sans raquette...</p>
La sortie de séance	Rangement du matériel, relaxation et bilan

VII. Cycle 2, Classe de CP.

Cycle de PING-PONG

Les compétences EPS :

Univers :

Compétences transversales :

Séance 4/6

Savoirs à construire : comprendre et mémoriser les règles, adapter son lancer aux distances et aux cibles, accélérer, remettre le matériel en place au signal du changement d'atelier

Objectif : atteindre une cible mouvante, esquiver des balles, réagir vite et juste, s'engager dans des courses et manipulations

Ecole Primaire ..... Année scolaire.....

**AVEC Tables**

Lieux possibles : Cours récré/salle /gymnase/stade

Réaliser une action que l'on peut mesurer

LES PIRATES

histoire, géographie

### Intitulé des étapes de séance

### Descriptif des situations

**L'entrée de séance : Coup droit / revers**

Jongler alternativement avec le dos et la paume de la main et la balle de ping-pong en laissant 1 rebond au sol entre chaque touche. Record à réaliser

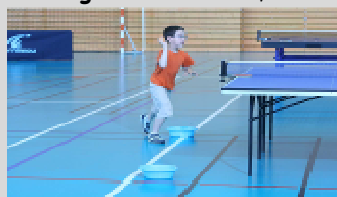
### Atelier 1: A l'attaque des coffres-forts !

**But** : se déplacer vite pour saisir, déposer des balles et esquiver ou contrer des attaques.

**Déroulement** : le pirate lance des balles/boulets canon vers le trésor adverse. Les balles sont disposées dans les bassines à chaque extrémité de sa longueur de table. Le marin tient le trésor en main, une bassine pleine de balles qu'il dépose, balle après balle -les pierres précieuses- dans les coffres-forts, les deux bassines vides aux extrémités de sa longueur de table.



**Aménagement** : 1 table, 3 bassines pleines de balles, 2 bassines vides



**Critères** : réussite totale du marin s'il peut déposer toutes ses balles /pierres précieuses dans les 2 bassines/coffres-forts sans perdre de balles, et sans se faire toucher par les balles adverses. Le pirate marque 1 point s'il touche le marin, et 2 points s'il fait sortir la balle de la bassine.

**Variables didactiques** : type de lancer ou de frappe du pirate (avec ou sans raquette, prise d'élan...), marin avec ou sans raquette pour se protéger ou contrer, disposition des bassines, modalités de prise de la bassine (tenue à 1 ou 2 main, avec ou sans raquette).

### Atelier 2: Les bateaux pirates approchent !



**Variante** : table avec filet surélevé, le marin peut alterner, les tirs en balles roulées sous le filet, ou en balle frappées par-dessus.

**But**: les marins attaquent par des lancers de boulets canons (balles) les bateaux pirates (raquettes) avant qu'ils ne débarquent au port

**Critères** : le marin a 3 assauts de 5 tirs. Il gagne s'il fait couler les bateaux, c'est-à-dire s'il fait tomber les raquettes sans que le pirate n'ait pu les récupérer à la main avant leur chute sur la table. Le pirate gagne lorsqu'il arrive à faire avancer un navire au port.

**Remédier/Simplifier** en remplaçant les lancers à la main, par des tirs en balle roulée, à la main, puis à la raquette, sur table sans filet. Les balles deviennent alors les bateaux marins qui partent à l'attaque des bateaux pirates.

**Développer/Complexifier** en remplaçant les lancers à la main par des tirs de balle avec une frappe de raquette.

### Atelier 3 : Course au trésor



**But**: 2 élèves font la course, sous forme de navette aller-retour pour récupérer et déposer les balles, le plus vite possible.

**Aménagement** : une table pour 4, nombre de bassines variable de 3 à 4 par table, nombre de balles variable de 5 à 10 par table.

**Consignes** :

Saisir, courir, déposer, accélérer, respecter les modalités de saisie, de course, de dépôt

**Critères** :

Nombre de balles récupérées supérieur ou inférieur à l'adversaire

Les modalités des saisies, des dépôts, et des courses à respecter (selon les développements)

**Variables didactiques** : dispositions des bassines, position de la bassine, modes de déplacements, type de préhension des balles, avec/sans raquette...

**La sortie de séance**

Rangement du matériel, relaxation et bilan

VII. Cycle 2, Classe de CP.

Ecole Primaire ..... Année scolaire.....

**Cycle de PING-PONG**

**AVEC Tables**

Lieux possibles : Cours récré/salle /gymnase/stade

Les compétences EPS :

Réaliser une action que l'on peut mesurer

Univers :

LES PIRATES







Compétences transversales :

histoire, géographie

**Séance 5/6**

Savoirs à construire : comprendre et mémoriser les règles, adapter son lancer aux distances et aux cibles, accélérer, remettre le matériel en place au signal du changement d'atelier

Objectif : atteindre une cible mouvante, esquiver des balles, réagir vite et juste, s'engager dans des courses et manipulations

Intitulé des étapes de séance	Descriptif des situations
<p><b>L'entrée de séance : Jonglage avec le poing</b></p>	<p>Jongler avec la partie supérieure du dos de la main, poing fermé et la balle de ping-pong en laissant un rebond au sol entre chaque touche. Compter un record.</p>
<p><b>Atelier 1: A l'attaque des coffres-forts !</b></p> <p><b>But</b> : se déplacer vite pour saisir, déposer des balles et esquiver ou contrer des attaques.</p> <p><b>Déroulement</b> : le pirate lance des balles/boulets canon vers le trésor adverse. Les balles sont disposées dans les bassines à chaque extrémité de sa longueur de table. Le marin tient le trésor en main, une bassine pleine de balles, qu'il dépose, balle après balle -les pierres précieuses- dans les coffres-forts, les deux bassines vides aux extrémités de sa longueur de table.</p> 	<p><b>Aménagement</b> : 1 table, 3 bassines pleines de balles, 2 bassines vides</p>   <p><b>Critères</b> : réussite totale du marin s'il peut déposer toutes ses balles /pierres précieuses dans les 2 bassines/coffres forts sans perdre de balles, et sans se faire toucher par les balles adverses. Le pirate marque 1 point s'il touche le marin, et 2 points s'il fait sortir la balle de la bassine.</p> <p><b>Variables didactiques</b> : type de lancer ou de frappe du pirate (avec ou sans raquette, prise d'élan...), marin avec ou sans raquette pour se protéger ou contrer, disposition des bassines, modalités de prise de la bassine (tenue à 1 ou 2 main, avec ou sans raquette).</p>
<p><b>Atelier 2: Les bateaux pirates approchent !</b></p>  <p><b>Variante</b> : table avec filet surélevé, le marin peut alterner, les tirs en balles roulées sous le filet, ou en balle frappées par-dessus.</p>	<p><b>But</b>: les marins attaquent par des lancers de boulets canons (balles) les bateaux pirates (raquettes) avant qu'ils ne débarquent au port</p> <p><b>Critères</b> : le marin a 3 assauts de 5 tirs. Il gagne s'il fait couler les bateaux, c'est-à-dire s'il fait tomber les raquettes sans que le pirate n'ait pu les récupérer à la main avant leur chute sur la table. Le pirate gagne lorsqu'il arrive à faire avancer un navire au port.</p> <p><b>Remédier/Simplifier</b> en remplaçant les lancers à la main, par des tirs en balle roulée, à la main, puis à la raquette, sur table sans filet. Les balles deviennent alors les bateaux marins qui partent à l'attaque des bateaux pirates.</p> <p><b>Développer/Complexifier</b> en remplaçant les lancers à la main par des tirs de balle avec une frappe de raquette.</p>
<p><b>Atelier 3 : Course au trésor</b></p>   <p><b>But</b>: 2 élèves font la course, sous forme de navette aller-retour pour récupérer et déposer les balles, le plus vite possible</p>	<p><b>Aménagement</b> : une table pour 4, nombre de bassines variable de 3 à 4 par table, nombre de balles variable de 5 à 10 par table.</p> <p><b>Consignes</b> : Saisir, courir, déposer, accélérer, respecter les modalités de saisie, de course, de dépôt</p> <p><b>Critères</b> : Nombre de balles récupérées supérieur ou inférieur à l'adversaire Les modalités des saisies, des dépôts, et des courses à respecter (selon les développements)</p> <p><b>Variables didactiques</b> : dispositions des bassines, position de la bassine, modes de déplacements, type de préhension des balles, avec/sans raquette...</p>
<p><b>La sortie de séance</b></p>	<p>Rangement du matériel, relaxation et bilan</p>

VII. Cycle 2, Classe de CP.

Ecole Primaire ..... Année scolaire.....

**Cycle de PING-PONG**

**AVEC Tables**

Lieux possibles : Cours récré/salle /gymnase/stade

Les compétences EPS :

Réaliser une action que l'on peut mesurer

Univers :

LES PIRATES

Compétences transversales :

histoire, géographie

**Séance 6/6**

Savoirs à construire : comprendre et mémoriser les règles, adapter son lancer aux distances et aux cibles, accélérer, remettre le matériel en place au signal du changement d'atelier

Objectif : atteindre une cible mouvante, esquiver des balles, réagir vite et juste, s'engager dans des courses et manipulations

Intitulé des étapes de séance	Descriptif des situations
<p><b>L'entrée de séance : Jonglage avec le poing</b></p>	<p>Jongler avec la partie supérieure du dos de la main, poing fermé et la balle de ping-pong en laissant un rebond au sol entre chaque touche. <b>Alternier les touches avec le bras plié devant soi poing devant le ventre, et les touches bras tendu à côté de soi. Compter un record.</b></p>
<p><b>Atelier 1: A l'attaque des coffres-forts !</b></p> <p><b>But</b> : se déplacer vite pour saisir, déposer des balles et esquiver ou contrer des attaques.</p> <p><b>Déroulement</b> : le pirate lance des balles/boulets canon vers le trésor adverse. Les balles sont disposées dans les bassines à chaque extrémité de sa longueur de table. Le marin tient le trésor en main, une bassine pleine de balles, qu'il dépose, balle après balle -les pierres précieuses- dans les coffres-forts, les deux bassines vides aux extrémités de sa longueur de table.</p> <p><b>Variables didactiques</b> : type de lancer ou de frappe du pirate (avec ou sans raquette, prise d'élan...), marin avec ou sans raquette pour se protéger ou contrer, disposition des bassines, modalités de prise de la bassine (tenue à 1 ou 2 main, avec ou sans raquette).</p>	<p><b>Aménagement</b> : 1 table, 3 bassines pleine de balle, 2 bassines vides</p>   <p><b>Critères</b> : réussite totale du marin s'il peut déposer toutes ses balles /pierres précieuses dans les 2 bassines/coffres-forts sans perdre de balles, et sans se faire toucher par les balles adverses. Le pirate marque 1 point s'il touche le marin, et 2 points s'il fait sortir la balle de la bassine.</p>
<p><b>Atelier 2: Les bateaux pirates approchent !</b></p>  <p><b>Variante</b> : table avec filet surélevé, le marin peut alterner, les tirs en balles roulées sous le filet, ou en balle frappées par-dessus.</p>	<p><b>But</b>: les marins attaquent par des lancers de boulets canons (balles) les bateaux pirates (raquettes) avant qu'ils ne débarquent au port</p> <p><b>Critères</b> : le marin a 3 assauts de 5 tirs. Il gagne s'il fait couler les bateaux, c'est-à-dire tomber les raquettes sans que le pirate n'ait pu les récupérer à la main avant leur chute sur la table. Le pirate gagne lorsqu'il arrive à faire avancer un navire au port.</p> <p><b>Remédier/Simplifier</b> en remplaçant les lancers à la main, par des tirs en balle roulée, à la main, puis à la raquette, sur table sans filet. Les balles deviennent alors les bateaux marins qui partent à l'attaque des bateaux pirates.</p> <p><b>Développer/Complexifier</b> en remplaçant les lancers à la main par des tirs de balle avec une frappe de raquette.</p>
<p><b>Atelier 3 : Course au trésor</b></p>  <p><b>But</b>: 2 élèves font la course, sous forme de navette aller-retour pour récupérer et déposer les balles, le plus vite possible.</p>	<p><b>Aménagement</b> : une table pour 4, nombre de bassines variable de 3 à 4 par table, nombre de balles variable de 5 à 10 par table.</p> <p><b>Consignes</b> : Saisir, courir, déposer, accélérer, respecter les modalités de saisie, de course, de dépôt</p> <p><b>Critères</b> : Nombre de balles récupérées supérieur ou inférieur à l'adversaire Les modalités des saisies, des dépôts, et des courses à respecter (selon les développements)</p> <p><b>Variables didactiques</b> : dispositions des bassines, position de la bassine, modes de déplacements, type de préhension des balles, avec/sans raquette...</p>
<p><b>La sortie de séance</b></p>	<p>Rangement du matériel, relaxation et bilan</p>

Les compétences EPS :

Univers :

Compétences transversales :

Adapter ses déplacements à différents types d'environnements

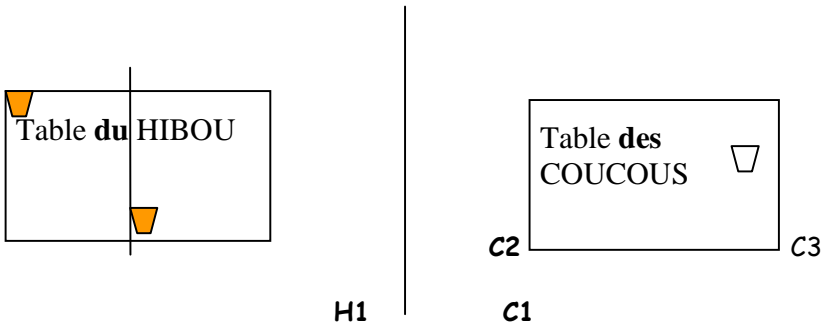

L'eau, de la vie citadine aux milieux extrêmes.

sciences naturelles, géographie, civisme.

**Séance 1/6**

Savoirs à construire : connaître et assurer plusieurs rôles, mémoriser des règles, réaliser différents types de déplacements et d'équilibres, trajectoires, vitesses avec ou sans balles/raquettes, respecter les espaces utilisés.

Objectifs : chercher des solutions pour adapter ses déplacements dans des contraintes et dans des espaces plus ou moins importants.

Intitulé et illustration des étapes de séance	Descriptif des situations
<p><b>L'entrée de séance / échauffement :</b> <b>Le chat et la souris</b></p> <p><b>Situation 1 : En forêt,</b> <b>But</b> : saisir les balles sans se faire toucher (coucou) / toucher l'adversaire (hibou) <b>Critères</b> : nombre d'œufs dans les nids (coucous et hiboux) fin du chrono. <b>Aménagement</b> : 6 élèves, 2 hiboux au repos actif (arbitrage, ramassage), 1 hibou qui défend le nid, et 2 coucous attaquent et 1 récupère (c3). Une ligne marque la zone de vulnérabilité des coucous dans laquelle ils peuvent se faire toucher par le hibou. La table des hiboux est munie d'1 filet, et de 2 bassines remplies de balles, leurs nids, disposées dans la diagonale de la demi-table, Sur la table des coucous, pas de filet mais 1 bassine vide : le nid de coucou, tenu par le 3<sup>e</sup> coucou.</p>	<p><b>Descriptif des situations</b></p> <p>La souris saute pieds joints/cloche-pied pour parcourir 1 longueur + 1 largeur de table, le chat court pour faire le tour complet et toucher la souris.</p> <p><b>Déroulement</b> : le hibou immobilise le coucou s'il le touche. Les coucous sont 2 à attaquer. Ils font rouler leurs balles/œufs sur leur table vers le 3<sup>e</sup> coucou qui les récupère dans le nid/bassine. <b>Ligne de démarquage de la zone de vulnérabilité/invulnérabilité</b> : au-delà de leur ligne, sur la droite, les coucous ne peuvent plus être touchés par le hibou.</p>  <p>H2 et H3 au repos      3-4 mètres de distance entre les deux tables</p>
<p><b>Situation 2 : En pleine jungle</b></p>  <p><b>But</b> : réagir vite et par des réponses justes aux signaux auditifs/visuels donnés par l'enseignant. <b>Tâches</b> : Adopter des positions, saisir des objets variés, en courant dans un grand espace semé d'embûches.</p>	<p><b>Critères</b> : vitesse et justesse des réponses aux signaux.</p> <p><b>Aménagement</b> : raquettes, tables, ficelles, cerceaux, tapis, banc, balles.</p> <p><b>Consignes</b> : courir, sauter, ramper, tenir en équilibre, réagir vite et juste, être attentif aux signaux de saisie ou de positionnement ou d'action. Exemple : « lorsque je dis PING, il faut saisir une raquette ; lorsque je dis PING PONG, il faut saisir une balle ; lorsque je dis PING PONG, il faut toucher un poteau de filet ; lorsque je dis LOUP-PING, les enfants qui ont des balles peuvent les lancer sur ceux qui ont des raquettes, la raquette peut servir de bouclier ... »</p>
<p><b>Situation 3 : Les saumons, la rivière et le grizzli.</b> <b>But</b> : envoyer / renvoyer les balles saumons <b>Le jeu de l'entraîneur</b></p>	<p><b>Aménagement</b> : 1 table sans filet (la rivière), 10 balles (les saumons) dans 1 bassine, 2 élèves par table le grizzli (joueur1), le chef des saumons (joueur2) <b>Règles</b> : Le chef des saumons envoie des balles roulées avec la paume de main. Il est placé au milieu et sur le côté de la table. Le joueur grizzli renvoi d'un coup de patte (raquette) les saumons en les brossant vers l'avant. Il est placé derrière la ligne de fond de la table. <b>Variables didactiques</b> : nombres de balles, rythme, possibilité de jouer les balles tombées au sol etc.</p>
<p><b>La sortie de séance</b> Bilan et relaxation</p>	<p><b>Dans le désert</b>, les élèves reviennent au calme, en s'allongeant sur le dos, comme des petits lézards bronzant au soleil.</p>

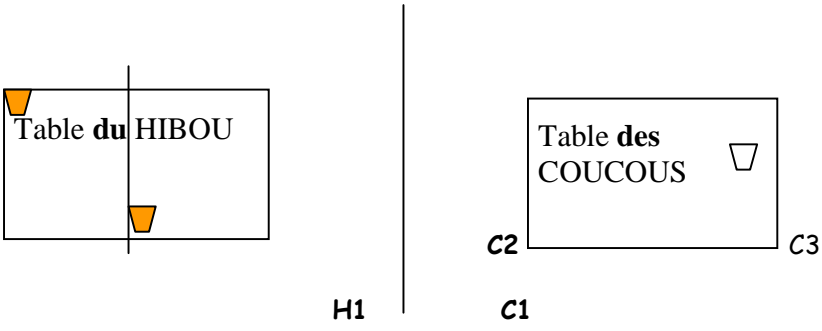

Les compétences EPS :  
Univers :  
Compétences transversales :

Adapter ses déplacements à différents types d'environnements  
**L'eau, de la vie citadine aux milieux extrêmes.**  
sciences naturelles, géographie, civisme.

**Séance 2/6**

**Savoirs à construire :** connaître et assurer plusieurs rôles, mémoriser des règles, combiner différentes actions sur des appuis stables ou instables en milieu aménagé et varié, respecter les espaces utilisés.

**Objectif :** adapter ses déplacements à la situation avec ou sans adversaire, avec ou sans partenaire.

Intitulé et illustration des étapes de séance	Descriptif des situations
<p><b>L'entrée de séance / échauffement :</b> <b>Le chat et la souris</b></p>	<p>La souris saute pieds joints/cloche-pied pour parcourir 1 longueur + 1 largeur de table, le chat court pour faire le tour complet et toucher la souris.</p>
<p><b>Situation 1 : En forêt,</b> <b>But :</b> saisir les balles sans se faire toucher (coucou)/toucher l'adversaire (hibou) <b>Critères :</b> nombre d'œufs dans les nids (coucous et hiboux) fin du chrono. <b>Aménagement :</b> 6 élèves, 2 hiboux au repos actif (arbitrage, ramassage), 1 hibou qui défend le nid, et 2 coucous attaquent et 1 récupère (c3). Une ligne marque la zone de vulnérabilité des coucous dans laquelle ils peuvent se faire toucher par le hibou. La table des hiboux est munie d'1 filet et de 2 bassines remplies de balles, leurs nids, disposées dans la diagonale de la demi-table, Sur la table des coucous, pas de filet mais 1 bassine vide : le nid de coucou, tenu par le 3<sup>e</sup> coucou.</p>	<p><b>Déroulement :</b> le hibou immobilise le coucou s'il le touche. Les coucous sont 2 à attaquer, et font rouler leurs balles/œufs sur leur table vers le 3<sup>e</sup> coucou qui les récupère dans le nid/bassine. <b>Ligne de démarquage de la zone de vulnérabilité/invulnérabilité :</b> au-delà de leur ligne, sur la droite, les coucous ne peuvent plus être touchés par le hibou.</p> <div style="text-align: center;">  <p>H2 et H3 au repos      3-4 mètres de distance entre les deux tables</p> </div>
<p><b>Situation 2 : En pleine jungle</b></p>  <p><b>But :</b> réagir vite et par des réponses justes aux signaux auditifs/visuels donnés par l'enseignant. <b>Tâches :</b> Adopter des positions, saisir des objets variés, en courant dans un grand espace, semé d'embûches.</p>	<p><b>Critères :</b> vitesse et justesse des réponses aux signaux. <b>Aménagement :</b> raquettes, tables, ficelles, cerceaux, tapis, banc, balles. <b>Consignes :</b> courir, sauter, ramper, tenir en équilibre, réagir vite et juste, être attentif aux signaux de saisie ou de positionnement ou d'action. Exemple : « lorsque je dis PING, il faut saisir une raquette ; lorsque je dis PONG, il faut saisir une balle ; lorsque je dis PING PONG, il faut toucher un poteau de filet ; lorsque je dis LOUP-PING, les enfants qui ont des balles peuvent les lancer sur ceux qui ont des raquettes, la raquette peut servir de bouclier...»</p>
<p><b>Situation 3 : Les saumons, la rivière et le grizzli</b> <b>But :</b> envoyer / renvoyer les balles saumons</p>	<p><b>Aménagement :</b> 1 table sans filet (la rivière), 10 balles (les saumons) dans 1 bassine, 2 élèves par table, le grizzli (joueur1), le chef des saumons (joueur2). <b>Règles :</b> Le chef des saumons envoie des balles roulées à l'aide de la raquette en frottant les balles côté coup droit (pouce en bas). Il est placé au milieu et sur le côté de la table. Le joueur grizzli renvoi d'un coup de pate (raquette) les saumons en les brossant vers l'avant. Il est placé derrière la ligne de fond de la table. <b>Variables didactiques :</b> nombres de balles, balles à rebond / balles roulées, rythme, possibilité de jouer les balles tombées au sol, cibles ...</p>
<p><b>La sortie de séance</b></p>	<p><b>Dans le désert,</b> les élèves reviennent au calme, en s'allongeant sur le dos, comme des petits lézards bronzant au soleil.</p>



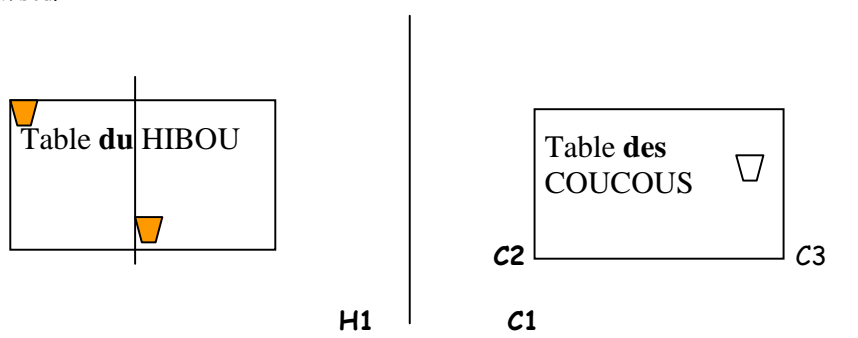


Les compétences EPS :  
Univers :  
Compétences transversales :

Adapter ses déplacements à différents types d'environnements  
**L'eau, de la vie citadine aux milieux extrêmes.**  
sciences naturelles, géographie, civisme.

**Séance 3/6**

**Savoirs à construire :** connaître et assurer plusieurs rôles, mémoriser des règles, combiner des actions de plus en plus variées, respecter les espaces utilisés.

**Objectif :** adapter ses déplacements dans des espaces plus ou moins vastes et progressivement chargés d'incertitudes

Intitulé et illustration des étapes de séance	Descriptif des situations
<p><b>L'entrée de séance / échauffement :</b> <b>Le chat et la souris</b></p> <p><b>Situation 1 : En forêt,</b> <b>But :</b> saisir les balles sans se faire toucher (coucou)/toucher l'adversaire (hibou). <b>Critères :</b> nombre d'œufs dans les nids (coucous et hiboux) fin du chrono. <b>Aménagement :</b> 6 élèves, 2 hiboux au repos actif (arbitrage, ramassage), 1 hibou qui défend le nid, et 2 coucous attaquent et 1 récupère (c3). Une ligne marque la zone de vulnérabilité des coucous dans laquelle ils peuvent se faire toucher par le hibou. La table des hiboux est munie d'1 filet et de 2 bassines remplies de balles, leurs nids, disposées dans la diagonale de la demi-table, Sur la table des coucous, pas de filet mais 1 bassine vide : le nid de coucou, tenu par le 3<sup>e</sup> coucou.</p>	<p><b>La souris saute pieds joints/cloche-pied pour parcourir 1 longueur + 1 largeur de table, le chat court pour faire le tour complet et toucher la souris.</b></p> <p><b>Déroulement :</b> le hibou immobilise le coucou s'il le touche. Les coucous sont 2 à attaquer et font rouler leurs balles/œufs sur leur table vers le 3<sup>e</sup> coucou qui les récupère dans le nid/bassine. <b>Ligne de démarquage de la zone de vulnérabilité/invulnérabilité :</b> au-delà de leur ligne, sur la droite, les coucous ne peuvent plus être touchés par le hibou.</p>  <p>H2 et H3 au repos      3-4 mètres de distance entre les deux tables</p>
<p><b>Situation 2 : En pleine jungle</b></p>  <p><b>But :</b> réagir vite et par des réponses justes aux signaux auditifs/visuels donnés par l'enseignant. <b>Tâches :</b> Adopter des positions, saisir des objets variés, en courant dans un grand espace, semé d'embûches.</p>	<p><b>Critères :</b> vitesse et justesse des réponses aux signaux.</p> <p><b>Aménagement :</b> raquettes, tables, ficelles, cerceaux, tapis, banc, balles.</p> <p><b>Consignes :</b> courir, sauter, ramper, tenir en équilibre, réagir vite et juste, être attentif aux signaux de saisie ou de positionnement ou d'action. Exemple : « lorsque je dis PING, il faut saisir une raquette ; lorsque je dis PONG, il faut saisir une balle ; lorsque je dis PING PONG, il faut toucher un poteau de filet ; lorsque je dis LOUP-PING, les enfants qui ont des balles peuvent les lancer sur ceux qui ont des raquettes, la raquette peut servir de bouclier ... »</p>
<p><b>Situation 3 : Sur la banquise</b></p> <p><b>But :</b> match de ping-pong avec une course autour de la table (1 tour complet ou 2 demi-tours) menée par le serveur pour déstabiliser le relanceur avant chaque service.</p>  <p>« l'ours blanc »</p>	<p><b>Aménagement :</b> 1 table sans filet (la banquise), 1 balle (le phoque), 1 bassine ou 2 raquettes, 2 élèves par table l'esquimau (joueur1), l'ours blanc (joueur2)</p> <p><b>Règles :</b> Le serveur/esquimau a la balle/phoque en main. Le tour de la table/banquise est une course du serveur/esquimau à base de feintes pour déstabiliser la chasse de l'ours et faciliter la fuite du phoque. Lorsque, après le tour de table, l'esquimau a libéré la balle/phoque par un service, l'échange est engagé entre l'ours et l'esquimau.</p> <p><b>Variante de la séance 1 :</b> L'ours capture sa proie, la balle/phoque, à l'aide d'une bassine tenue à deux mains (puis à une main). Après sa course, l'esquimau fait rouler la balle, glisser le phoque, sur la table/banquise.</p>
<p><b>La sortie de séance</b></p>	<p><b>Dans le désert,</b> les élèves reviennent au calme, en s'allongeant sur le dos, comme des petits lézards bronzant au soleil.</p>

Les compétences EPS :

Adapter ses déplacements à différents types d'environnements

Univers :

**L'eau, de la vie citadine aux milieux extrêmes.**



Compétences transversales :

sciences naturelles, géographie, civisme.

**Séance 4/6**

**Savoirs à construire** : connaître et assurer plusieurs rôles, mémoriser des règles, combiner des actions de plus en plus variées, savoir mobiliser ses énergies au bon moment.

**Objectif** : adapter ses déplacements progressivement chargés d'incertitudes, doser son effort

Intitulé et illustration des étapes de séance	Descriptif des situations
<p><b>L'entrée de séance</b> :</p> <p><b>Rats et canards</b> : la poursuite !</p>	<p>Répartis à égale distance autour de la table, rattrapé par la course rapide l'adversaire devant soi, sous pression de l'adversaire derrière soi.</p>
<p><b>Situation 1 : Goutte d'eau main nue</b></p> <p><b>But</b> : frotter la balle vers le haut de la <math>\frac{1}{2}</math> table inclinée sans l'attraper ou la faire tomber au sol</p> <p><b>Sécurité</b> : vérifier et assurer la stabilité de la table inclinée. Utiliser un ou deux tapis de mousse à glisser sous 2 des 4 pieds de la table.</p> <p><b>Consignes</b> :</p> <p>Brosser / caresser / frotter la balle à l'aide de la main et notamment de la paume.</p> <p>Doser la force et la fréquence gestuelle appliquée à la balle pour empêcher sa chute au sol.</p> <p>Se déplacer pour renvoyer la balle avant sa chute.</p>	<p><b>Aménagement</b> :</p> <p>la <math>\frac{1}{2}</math> table inclinée représente le toit de la maison ; la balle représente la goutte d'eau ; le sol ou un banc placé proche de la table représente la gouttière. 2 élèves par demi-table : l'un joue, l'autre arbitre, à tour de rôle.</p> <p><b>Critère</b> :</p> <p>Tant qu'elle roule sur la table, la balle n'est pas saisie avec les doigts.</p> <p>Compter le nombre de glissade réalisé par la balle « goutte d'eau » sur la table « toit de maison », jusqu'à sa chute au sol.</p> <p><b>Variantes pour cette séance</b> : utilisation de la main nue.</p> <p>Possibilité de varier les parties utilisées de la main : paume de main (coup droit), tranchant supérieur, tranchant inférieur, dos de la main (revers)</p> 
<p><b>Situation 2 : En pleine jungle</b></p>  <p><b>But</b> : réagir vite et par des réponses justes aux signaux auditifs/visuels donnés par l'enseignant. <b>Tâches</b> : Adopter des positions, saisir des objets variés, en courant dans un grand espace semé d'embûches.</p>	<p><b>Critères</b> : vitesse et justesse des réponses aux signaux.</p> <p><b>Aménagement</b> : raquettes, tables, ficelles, cerceaux, tapis, banc, balles.</p> <p><b>Consignes</b> : courir, sauter, ramper, tenir en équilibre, réagir vite et juste, être attentif aux signaux de saisie ou de positionnement ou d'action.</p> <p>Exemple : « lorsque je TAPE DANS LES MAINS, il faut poser une main dans un cerceau ; lorsque je me mets sur UN PIED, il faut tenir l'équilibre un seul pied dans un cerceau ; lorsque je dis LOUPING, les enfants qui ont des balles peuvent les lancer sur ceux qui ont des raquettes, la raquette peut servir de bouclier »</p>
<p><b>Situation 3 : Sur la banquise</b></p> <p><b>But</b> : match de ping-pong avec une course autour de la table (1 tour complet ou 2 demi-tours) menée par le serveur pour déstabiliser le relanceur avant chaque service.</p> <p><b>Variante de la séance 3</b> :</p> <p>L'ours griffe sa proie, la balle/phoque, à l'aide de la paume de sa main (l'autre main dans le dos). Après sa course, l'esquimau fait rouler la balle/phoque sur la table/banquise en la brossant avec la paume de la main. L'échange est ainsi lancé en balles roulées mains nues.</p>	<p><b>Aménagement</b> :</p> <p>1 table sans filet (la banquise), 1 balle (le phoque), 1 bassine ou 2 raquettes, 2 élèves par table l'esquimau (joueur1), l'ours blanc (joueur2)</p> <p><b>Règles</b> :</p> <p>Le serveur/esquimau a la balle/phoque en main.</p> <p>Le tour de la table/banquise est une course du serveur/esquimau à base de feintes pour déstabiliser la chasse de l'ours et faciliter la fuite du phoque.</p> <p>Lorsque, après le tour de table, l'esquimau a libéré la balle/phoque par un service, l'échange est engagé entre l'ours et l'esquimau.</p>
<p><b>La sortie de séance</b></p>	<p><b>Dans le désert</b>, les élèves reviennent au calme, en s'allongeant sur le dos, comme des petits lézards bronzant au soleil.</p>

Les compétences EPS :  
Univers :  
Compétences transversales :

Adapter ses déplacements à différents types d'environnements  
**L'eau, de la vie citadine aux milieux extrêmes.**  
sciences naturelles, géographie, civisme.

**Séance 5/6**

Savoirs à construire : identifier et décrire les différentes actions et principes d'actions, combiner des actions de plus en plus variées, connaître et assurer plusieurs rôles.

Objectif : rester réceptif pour diminuer les incertitudes au cours des déplacements.

**L'entrée de séance :**

**Rats et canards : la poursuite !**

**Situation 1 : Goutte d'eau raquette**

**But** : frotter la balle vers le haut de la  $\frac{1}{2}$  table inclinée sans l'attraper ou la faire tomber au sol

**Sécurité** : vérifier et assurer la stabilité de la table inclinée. Utiliser un ou deux tapis de mousse à glisser sous 2 des 4 pieds de la table.

**Consignes :**

Brosser / caresser / frotter la balle à l'aide de la raquette.

Doser la force et la fréquence gestuelle appliquée à la balle pour empêcher sa chute au sol.

Se déplacer pour renvoyer la balle avant sa chute.

Répartis à égale distance autour de la table, rattrapé par la course rapide l'adversaire devant soi, sous pression de l'adversaire derrière soi.

**Aménagement** : la  $\frac{1}{2}$  table inclinée représente le toit de la maison ; la balle représente la goutte d'eau ; le sol ou un banc placé proche de la table représente la gouttière. 2 élèves par demi table : l'un joue, l'autre arbitre, à tour de rôle.

**Critère :**

Tant qu'elle roule sur la table, la balle n'est pas saisie avec les doigts.

Compter le nombre de glissade réalisée par la balle « goutte d'eau » sur la table « toit de maison », jusqu'à sa chute au sol.

**Variante pour cette séance :**

**utilisation de la raquette**

Jouer en coup droit, c'est-à-dire côté paume et pouce vers la balle et la table.

Jouer en revers, c'est-à-dire côté dos de la main et index orienté vers la balle et la table.



**Situation 2 : En pleine jungle**



**But** : réagir vite et par des réponses justes aux signaux auditifs/visuels donnés par l'enseignant. **Tâches** : Adopter des positions, saisir des objets variés, en courant dans un grand espace, semé d'embûches.

**Critères** : vitesse et justesse des réponses aux signaux.

**Aménagement** : raquettes, tables, ficelles, cerceaux, tapis, banc, balles.

**Consignes** : courir, sauter, ramper, tenir en équilibre, réagir vite et juste, être attentif aux signaux de saisie ou de positionnement ou d'action.

Exemple : « lorsque je TAPE DANS LES MAINS, il faut poser une main dans un cerceau ; lorsque je me mets sur UN PIED, il faut tenir l'équilibre un seul pied dans un cerceau ; lorsque je dis LOUPING, les enfants qui ont des balles peuvent les lancer sur ceux qui ont des raquettes, la raquette peut servir de bouclier »

**Situation 3 : Sur la banquise**

**But** : match de ping-pong avec une course autour de la table (1 tour complet ou 2 demi-tours) menée par le serveur pour déstabiliser le relanceur avant chaque service.

**Variante de la séance 4 :**

L'ours, griffe sa proie, la balle/phoque, à l'aide de sa raquette. Après sa course l'esquimau fait rouler la balle/phoque, sur la table/banquise en la brossant avec sa raquette. L'échange est ainsi lancé en balles roulées avec les raquettes

**Aménagement :**

1 table sans filet (la banquise), 1 balle (le phoque), 1 bassine ou 2 raquettes, 2 élèves par table l'esquimau (joueur1), l'ours blanc (joueur2)

**Règles :**

Le serveur/esquimau a la balle/phoque en main.

Le tour de la table/banquise est une course du serveur/esquimau à base de feintes pour déstabiliser la chasse de l'ours et faciliter la fuite du phoque.

Lorsque, après le tour de table, l'esquimau a libéré la balle/phoque par un service, l'échange est engagé entre l'ours et l'esquimau.



**La sortie de séance**

**Dans le désert**, les élèves reviennent au calme, en s'allongeant sur le dos, comme des petits lézards bronzant au soleil.

Les compétences EPS :  
Univers :  
Compétences transversales :

Adapter ses déplacements à différents types d'environnements  
**L'eau, de la vie citadine aux milieux extrêmes.**  
sciences naturelles, géographie, civisme.

### Séance 6/6

Savoirs à construire : identifier, lire les indices placés à différents moments endroits, en cours d'action

Objectif : rester réceptif aux différents signaux et doser son effort au cours des déplacements.

<p><b>L'entrée de séance :</b> <b>Rats et canards : la poursuite !</b></p>	<p>Répartis à égale distance autour de la table, rattrapé par la course rapide l'adversaire devant soi, sous pression de l'adversaire derrière soi.</p>
<p><b>Situation 1 : Goutte d'eau en double</b></p> <p><b>But</b> : à 2 alterner la touche de la balle sur la <math>\frac{1}{2}</math> table inclinée sans l'attraper ou la faire tomber au sol.</p> <p><b>Règle supplémentaire</b> : le même joueur ne peut toucher la balle 2 fois de suite.</p> <p><b>Consignes</b> : idem à la séance 5, mais chacun son tour, un même joueur ne peut toucher la balle 2 fois de suite. Un déplacement rapide et continu des 2 joueurs est donc indispensable pour laisser la place au partenaire, et intercepter la balle avant sa chute par un renvoi.</p>	<p><b>Aménagement</b> : la <math>\frac{1}{2}</math> table inclinée représente le toit de la maison ; la balle représente la goutte d'eau ; le sol représente la gouttière. 2 élèves par demi-table jouent ensemble à renvoyer la balle de façon alternée, 1 touche à la fois par joueur.</p> <p><b>Critère</b> :</p> <p><b>Les deux joueurs jouent ensemble, par renvois alternés.</b> Compter le nombre de glissade réalisé par la balle « goutte d'eau » sur la table « toit de maison », jusqu'à sa chute au sol.</p> <p><b>Variantes pour cette séance</b> : jeu en double, c'est-à-dire à 2 joueurs ensemble renvois alternativement la balle, en laissant la place au partenaire après chaque touche, par des déplacements (pas chassés) constant.</p>
<p><b>Situation 2 : En pleine jungle</b></p>  <p><b>But</b> : réagir vite et par des réponses justes aux signaux auditifs/visuels donnés par l'enseignant. <b>Tâches</b> : Adopter des positions, saisir des objets variés, en courant dans un grand espace semé d'embûches.</p>	<p><b>Critères</b> : vitesse et justesse des réponses aux signaux.</p> <p><b>Aménagement</b> : raquettes, tables, ficelles, cerceaux, tapis, banc, balles.</p> <p><b>Consignes</b> : courir, sauter, ramper, tenir en équilibre, réagir vite et juste, être attentif aux signaux de saisie ou de positionnement ou d'action. Exemple : « lorsque je TAPE DANS LES MAINS, il faut poser une main dans un cerceau ; lorsque je me mets sur UN PIED, il faut tenir l'équilibre un seul pied dans un cerceau ; lorsque je dis LOUPING, les enfants qui ont des balles peuvent les lancer sur ceux qui ont des raquettes, la raquette peut servir de bouclier »</p>
<p><b>Situation 3 : Sur la banquise</b></p> <p><b>But</b> : match de ping-pong avec une course autour de la table (1 tour complet ou 2 demi-tours) menée par le serveur pour déstabiliser le relanceur avant chaque service.</p> <p><b>Variante de la séance 5</b> : <b>L'ours, tape sa proie, la balle/phoque, à l'aide de la raquette. Après sa course, l'esquimau fait rebondir la balle/phoque, sur la table/banquise en la tapant avec sa raquette. L'échange est ainsi lancé.</b></p>	<p><b>Aménagement</b> :</p> <p>1 table avec filet (la banquise), 1 balle (le phoque), 1 bassine ou 2 raquettes, 2 élèves par table l'esquimau (joueur1), l'ours blanc (joueur2)</p> <p><b>Règles</b> :</p> <p>Le serveur/esquimau a la balle/phoque en main. Le tour de la table/banquise est une course du serveur/esquimau à base de feintes pour déstabiliser la chasse de l'ours, et faciliter la fuite du phoque. Lorsque, après le tour de table, l'esquimau a libéré la balle/phoque par un service, l'échange est engagé entre l'ours et l'esquimau. <b>Simplifier/remédier</b> : pour le relanceur, possibilité d'utiliser la capture avec bassine. Pour le serveur, possibilité d'adapter la règle du service.</p>
<p><b>La sortie de séance</b></p>	<p><b>Dans le désert</b>, les élèves reviennent au calme, en s'allongeant sur le dos, comme des petits lézards bronçant au soleil.</p>

Les compétences EPS :

Univers :

Compétences transversales :

Coopérer et s'opposer individuellement ou collectivement




**le ping-pong aux Jeux Olympiques, depuis Séoul 1988**

patrimoine culturel sportif, histoire antique

**Séance 1/6**

Savoirs à construire : comprendre le principe de jeu (règle du service et de la remise), connaître et tenir son rôle de joueur, au service, à la remise de service, d'arbitre, de marqueur, de ramasseur de balles.

Objectifs : réaliser le « Ping ! » et le « Pong ! » au service, renvoyer la balle sur la table une fois de plus, et au-delà du filet

Intitulé et illustration des étapes de séance	Descriptif des situations
<b>L'entrée de séance : mise en situation</b>	Jeu libre en 1 contre 1 à la table avec 1 balle pour 2, et 1 raquette par joueur.
<b>Situation 1: Le service, situation référence 1</b>  <b>But</b> : engager le jeu par un service	<b>Règle</b> : le service consiste à orienter la balle dans mon camp puis dans le camp adverse, à l'aide d'un lancer vertical d'une main puis d'une frappe de raquette tenue dans l'autre main. <b>Consignes</b> : la balle doit réaliser deux rebonds « ping ! » dans mon camp, puis « pong ! » dans le camp adverse ; orienter les « yeux » de la raquette pour viser vers le bas et l'avant. <b>Critères</b> : Compter la réussite sur 10 essais. L'arbitre/entraîneur indique si le service est juste lorsque la balle fait « ping et pong de part et d'autre du filet ». <b>Aménagement</b> : 1 table munie d'1 filet ; 1 bassine contenant 10 balles de ping-pong. 2 à 4 joueurs par table (2 serveurs, 1 ramasseur, 1 arbitre/entraîneur), 2 raquettes par tables.
<b>Situation 2: La remise du service adverse.</b> <b>Attention au piège !</b>  <b>But</b> : renvoyer la balle « piège » engagée par l'adversaire au service <b>Consignes</b> : Observer, se régler, se débrouiller pour entrer en contact avec la balle, compter les rebonds pour lire la trajectoire et se placer sur celle-ci. Se libérer / s'éloigner de la table	<b>Aménagement</b> : une table ; une raquette ; une bassine de dix balles Le remiseur se prépare à déjouer le piège du serveur. Le serveur engage « ping ! » « pong ! » <b>en lançant à la main</b> , avec l'intention de piéger l'adversaire, c'est-à-dire l'éloigner de la balle. <b>Critères</b> : 1 point si le remiseur touche la balle avec sa raquette, 3 points si la balle est renvoyée sur la table, 5 points si le 1 <sup>er</sup> rebond se situe au-delà du filet sur la table. Soit 50 points, si le remiseur réalise 10/10 renvois justes. <b>Remédier/simplifier</b> : se concentrer Compter les rebonds pour lire la trajectoire : ping ! (1) pong ! (2) renvoyer (3)
<b>Situation 3: Le match</b>  <b>But</b> : être le dernier à toucher/renvoyer la balle sur la table pour gagner le point. <b>Aménagement</b> : par table 2 raquettes, 1 balle et 3 enfants 2 joueurs et 1 arbitre.	<b>Déroulement</b> : une manche de 11 points, puis changer les adversaires et l'arbitre. <b>Remédier/simplifier</b> : - jouer sans filet et autoriser plusieurs rebonds sur la table (palier au problème de temps de réaction et à la gêne initiale du filet) - jouer à la main pour frapper la balle ou pour lancer attraper, après le 1 <sup>er</sup> rebond dans son camp (palier au problème de manipulation de raquette et à la vitesse des échanges) - permettre un service « indirect », où l'élève peut lâcher la balle sur la table avant d'effectuer son service <b>Consigne</b> : Serrer la main de l'adversaire et de l'arbitre après le set.
<b>La sortie de séance</b>	<b>Retour au calme, assouplissement,</b> Questions/réponses sur les règles du jeu

**Cycle de PING-PONG****AVEC Tables.**Lieux possibles : Cours récré/salle /gymnase/stade

Les compétences EPS :

Univers :

Compétences transversales :

Coopérer et s'opposer individuellement ou collectivement








**le ping-pong aux Jeux Olympiques, depuis Séoul 1988**

patrimoine culturel sportif, histoire antique

**Séance 2/6**

Savoirs à construire : comprendre le principe de jeu (règle du service et de la remise), connaître et tenir son rôle de joueur, au service, à la remise de service, d'arbitre, de marqueur, de ramasseur de balles.

Objectifs : réaliser le « ping » et le « pong » au service en dirigeant la balle vers des zones pièges pour l'adversaire, renvoyer la balle sur table une fois de plus, et au-delà du filet.

Intitulé et illustration des étapes de séance	Descriptif des situations
<b>L'entrée de séance/échauffement : Lancer rattraper</b> Lancer la balle à la verticale et la rattraper avant qu'elle touche le sol. Lancer à partir de la paume de la main. Rattraper comme lorsqu'on applaudit, en refermant les 2 mains.	Lancer de plus en plus haut et réussir des séries, sans chute au sol, de plus en plus grande. Remédier/simplifier : joindre les 2 mains en cuvette pour rattraper.
<b>Situation 1: service « PING ! » et « PONG ! »</b> Situation de remédiation (faute de rythme/2 rebonds) <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: flex-start;"> <div style="text-align: center;">  <p>Etape1</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>Etape3</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>Etape4</p> </div> </div>	<b>But</b> : rythmer son service en réalisant les 2 rebonds <b>Consignes</b> : en 4 étapes, se concentrer sur le passage d'un camp à l'autre de la balle par 2 rebonds « ping ! »(1) dans mon camp, puis « pong ! »(2) dans le camp adverse <b>Etape 1</b> : lancer à la main au-dessus de l'oreille <b>Etape 2</b> : servir avec la raquette, assurer les 2 rebonds <b>Etape 3</b> : lancer « ricochet » à ras de la table, sous l'épaule <b>Etape 4</b> : servir avec la raquette plus bas et plus vite <b>Critères</b> : 5 essais par étape. L'engagement est juste lorsque la balle fait « ping et pong de part et d'autre du filet ». <b>Aménagement</b> : 1 table munie d'1 filet ; 1 bassine contenant 10 balles de ping-pong. 2 à 4 joueurs par table (2 serveurs, 1 ramasseur, 1 arbitre/entraîneur), 2 raquettes par table.
<b>Situation 2: La remise du service adverse.</b> <b>Prêt à bondir pour faire rebondir la balle !</b> <div style="text-align: center;">  </div> <b>But</b> : se placer sur la trajectoire de la balle « piège » <b>Aménagement</b> : 1 table ; 2 raquettes ; bassines de 10 balles	<b>Déroulement</b> : Le remiseur se prépare à déjouer le piège du serveur. Le serveur engage « ping ! » « pong ! » avec sa raquette, avec l'intention de l'éloigner de la balle (« piéger »). <b>Consignes</b> : Chercher la distance idéale à la table. Rebondir au rythme de la balle et rebondir comme la balle pour l'intercepter dans sa trajectoire. <b>Critères</b> : 1 point si le remiseur touche la balle avec sa raquette, 3 points si la balle est renvoyée sur la table, 5 points si le 1er rebond se situe au-delà du filet sur la table. Soit 50 points, si le remiseur réalise 10/10 renvois justes. <b>Remédier/simplifier</b> : se tenir prêt compter jusqu'à 3 avant de servir, afin d'éviter la précipitation. Autoriser passagèrement, 1 rebond au sol au remiseur.
<b>Situation 3: Le match</b> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">    </div> <b>But</b> : être le dernier à toucher/renvoyer la balle sur la table pour gagner le point. <b>Aménagement</b> : par table 2 raquettes, 1 balle et 3 enfants 2 joueurs et 1 arbitre. <b>Consigne</b> : Serrer la main de l'adversaire et de l'arbitre après le set.	<b>Déroulement</b> : une manche de 11 points, puis changer les adversaires et l'arbitre <b>Remédier/simplifier</b> : <ul style="list-style-type: none"> <li>- jouer sans filet et autoriser plusieurs rebonds sur la table <b>ou jeu en balles roulées sur la table</b> (palier au problème de temps de réaction et à la gêne initiale du filet)</li> <li>- jouer à la main pour frapper la balle ou pour lancer attraper, après le 1<sup>er</sup> rebond dans son camp (palier au problème de manipulation de raquette et à la vitesse des échanges)</li> <li>- permettre un service « indirect », où l'élève peut lâcher la balle sur la table avant d'effectuer son service</li> </ul>
<b>La sortie de séance</b>	<b>Retour au calme, assouplissement,</b> Questions/réponses sur les règles du jeu

Les compétences EPS :

Univers :

Compétences transversales :

Coopérer et s'opposer individuellement ou collectivement

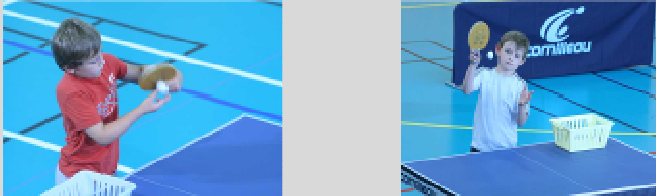


**le ping-pong aux Jeux Olympiques, depuis Séoul 1988**

patrimoine culturel sportif, histoire antique

**Séance 3/6**

Savoirs à construire : comprendre le principe de jeu (règle du service et de la remise), connaître et tenir son rôle de joueur, au service, à la remise de service, d'arbitre, de marqueur, de ramasseur de balles.

Objectifs : réaliser le « ping » et le « pong » au service à l'aide de la raquette, renvoyer la balle sur la table une fois de plus que l'adversaire et la diriger vers des zones pièges

Intitulé et illustration des étapes de séance	Descriptif des situations
<p><b>L'entrée de séance/échauffement: Lancer applaudir</b> Idem à la séance 1, mais les enfants cherchent à applaudir entre le moment de l'action lancer et de l'action attraper.</p>	<p>Réaliser la plus longue série sans faire tomber la balle au sol. Réaliser le plus d'applaudissements entre lancer et attraper.</p>
<p><b>Situation 1 : Servir avec les yeux de la raquette !</b> Remédier aux problèmes d'orientation de la raquette.</p>  <p><b>Remédier/simplifier</b> : Rapprocher les deux mains au maximum pour mettre en contact la balle et la raquette tenue de l'autre main et réaliser un « coller-pousser » pour servir. <b>Développer/complexifier</b> : lancer la balle de plus en plus haut avant de taper pour servir.</p>	<p><b>But</b> : orienter la palette pour viser et réaliser les 2 rebonds <b>Consignes</b> : Faire comme si la palette avait des yeux. Prendre le temps de régler «les yeux» l'orientation de la raquette. Viser vers le bas : 1<sup>er</sup> rebond dans mon camp et vers l'avant : 2<sup>e</sup> rebond au-delà du filet dans le camp adverse Lancer puis taper. <b>Critères</b> : 10 essais par étape. L'arbitre/entraîneur indique si l'engagement est juste lorsque la balle fait « ping et pong de part et d'autre du filet ». <b>Aménagement</b> : 1 table munie d'1 filet ; 1 bassine contenant 10 balles de ping-pong. 2 à 4 joueurs par table (2 serveurs, 1 ramasseur, 1 arbitre/entraîneur), 2 raquettes par table.</p>
<p><b>Situation 2: La remise de service adverse.</b> La raquette regarde la balle comme un aigle guette sa proie</p>  <p><b>Consignes</b> : Observer, se régler, se débrouiller pour entrer en contact avec la balle, compter les rebonds pour lire la trajectoire et se placer sur celle-ci. <i>Se libérer / s'éloigner de la table « brûlante ».</i></p>	<p><b>Aménagement</b> : tables, raquettes ; bassines de dix balles <b>But</b> : renvoyer la balle dans le camp adverse <b>Critères</b> : 1 point si le remiseur touche la balle avec sa raquette, 3 points si la balle est renvoyée sur la table, 5 points si le 1<sup>er</sup> rebond se situe au-delà du filet sur la table. Soit 50 points, si le remiseur réalise 10/10 renvois justes. <b>Remédier/simplifier</b> : <i>orienter sa raquette</i> <i>Tenir la raquette en la coinçant entre les deux mains, la base du manche contre une paume et la partie supérieure de la palette contre l'autre paume de main.</i></p>
<p><b>Situation 3: Le match</b></p>  <p><b>But</b> : être le dernier à toucher/renvoyer la balle sur la table pour gagner le point. <b>Aménagement</b> : par table 2 raquettes, 1 balle et 3 enfants 2 joueurs et 1 arbitre. <b>Consigne</b> : Serrer la main de l'adversaire et de l'arbitre après le set.</p>	<p><b>Déroulement</b> : une manche de 11 points, puis changer les adversaires et l'arbitre <u>Ajout règle</u>: <i>Point perdu si la table « brûlante » est touchée avec la main libre ou le corps.</i> <b>Remédier/simplifier</b> : - jouer sans filet et autoriser plusieurs rebonds sur la table (palier au problème de temps de réaction et à la gêne initiale du filet) - jouer à la main pour frapper la balle ou pour lancer attraper, après le 1<sup>er</sup> rebond dans son camp (palier au problème de manipulation de raquette et à la vitesse des échanges) - permettre un service « indirect », où l'élève peut lâcher la balle sur la table avant d'effectuer son service</p>
<p><b>La sortie de séance</b></p>	<p><b>Retour au calme, assouplissement,</b> Questions/réponses sur les règles du jeu</p>

Les compétences EPS :

Univers :

Compétences transversales :

Coopérer et s'opposer individuellement ou collectivement



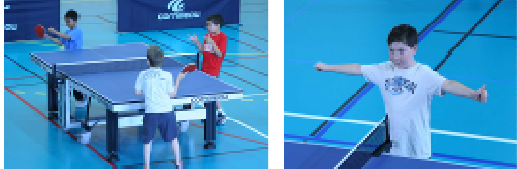
**le ping-pong aux Jeux Olympiques, depuis Séoul 1988**

patrimoine culturel sportif, histoire antique

**Séance 4/6**

Savoirs à construire : comprendre le principe de jeu, respecter la décision de l'arbitre et les espaces de jeu, occuper son territoire de jeu par des petits déplacements permanents pour mieux jouer la balle et déjouer les pièges.

Objectifs : réaliser le service à l'aide de la raquette, diriger la balle, s'appuyer sur des jambes fléchies pour un dynamisme et un équilibre efficace et réglementaire (ne pas s'appuyer avec le corps ou les membres sur la table).

Intitulé et illustration des étapes de séance	Descriptif des situations
<p><b>L'entrée de séance : Frapper et rattraper</b> lancer la balle à partir de la paume de la main gauche et attraper « applaudir » la balle à deux mains, la droite étant munie d'une raquette.</p>	<p>Veiller à ce que la balle soit rattrapée en tenaille par la main gauche et la raquette main droite SOUS le niveau de la tête.</p>
<p><b>Situation 1 : Le service « piège » !</b></p>  <p><b>But</b> : viser et atteindre des cibles au service</p> <p><b>Consignes</b> : régler l'orientation de la raquette pour réaliser un service juste, et affiner le réglage pour viser et atteindre les cibles.</p>	<p><b>Aménagement</b> : table ; bassines de dix balles ; raquettes ; feuilles A4 comme cibles ; joueurs / ramasseurs / arbitres</p> <p><b>Règle</b> : au tennis de table, le service peut se faire dans toutes les directions, à condition que le point de contact balle-raquette se face derrière la ligne de fond de table.</p> <p><b>Critères</b> : 10 tentatives de service, viser les cibles</p> <p><b>Remédier/simplifier</b> : Autoriser le « coller - pousser ».</p> <p><b>Développer/complexifier</b>: réduire la cible de A4 à A5 etc. Diversifier l'emplacement des cibles à atteindre.</p>
<p><b>Situation 2 : La remise du service adverse.</b> La remise « tiroir »</p> 	<p><b>Aménagement</b> : tables ; raquettes ; bassines de dix balles</p> <p><b>But</b> : remettre 1 fois sur 2 en laissant 1 rebond au sol préalable</p> <p><b>Consigne</b> : Renvoi après rebond au sol s'éloigner « ouvrir le tiroir », Renvoi avant rebond au sol se rapprocher « fermer le tiroir »</p> <p><b>Remédier/simplifier</b> : se tenir à bonne distance de la table Se libérer/se décoller/s'éloigner de la table, pour jouer la balle</p> <p><b>Critères</b> : réussite sur 10 remises « tiroir » du service adverse</p>
<p><b>Situation 3: Le match</b></p>  <p><b>But</b> : être le dernier à toucher/renvoyer la balle sur la table pour gagner le point.</p> <p><b>Aménagement</b> : par table 2 raquettes, 1 balle et 3 enfants 2 joueurs et 1 arbitre.</p>	<p><b>Déroulement</b> : une manche de 11 points, puis changer les adversaires et l'arbitre. Point perdu si la table « brûlante » est touchée avec la main libre ou le corps.</p> <p><b>Ajout règle</b> : la balle ne peut faire 2 rebonds dans mon camp sinon le point est accordé à mon adversaire.</p> <p><b>Remédier/simplifier</b> : - avec filet, autoriser plusieurs rebonds sur la table (palier au problème de temps de réaction et à la gêne initiale du filet) - permettre un service « indirect », où l'élève peut lâcher la balle sur la table avant d'effectuer son service</p> <p><b>Consigne</b> : Je peux contourner le coin de table sans la toucher (interdit) et me rapprocher du filet pour rattraper la balle avant son 2<sup>e</sup> rebond dans mon camp.</p>
<p><b>La sortie de séance</b></p>	<p><b>Retour au calme, assouplissement,</b> <b>Questions/réponses sur les règles du jeu</b></p>



IX. Cycle 2, Classe de CE1.  
Cycle de PING-PONG

Ecole Primaire .....  
AVEC Tables.

Année scolaire.....

Lieux possibles : Cours récré/salle /gymnase/stade



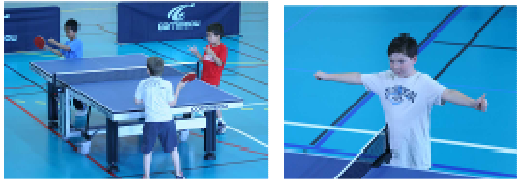
Les compétences EPS :  
Univers :  
Compétences transversales :

Coopérer et s'opposer individuellement ou collectivement  
**le ping-pong aux Jeux Olympiques, depuis Séoul 1988**  
patrimoine culturel sportif, histoire antique

### Séance 5/6

Savoirs à construire : comprendre le principe de jeu, respecter la décision de l'arbitre et les espaces de jeu, occuper son territoire de jeu par des petits déplacements permanents pour mieux jouer la balle et déjouer les pièges.

Objectifs : réaliser le service à l'aide de la raquette, diriger la balle, s'appuyer sur des jambes fléchies pour un dynamisme et un équilibre efficace et réglementaire (ne pas s'appuyer avec le corps ou les membres sur la table)

Intitulé et illustration des étapes de séance	Descriptif des situations
<p>L'entrée de séance :</p> <p><b>Jeu libre au mur avec balle et raquette.</b></p> <p>Pour les deux niveaux, plus la hauteur de la zone de contact au mur est élevée, plus la vitesse est réduite et l'échange facilité.</p>	<p><u>Niveau 1</u> : contrôler par 1 rebond sur la raquette et laisser 1 rebond au sol puis frapper au mur et recommencer</p> <p><u>Niveau 2</u> : laisser la balle rebondir 1 fois au sol puis frapper directement au mur.</p>
<p><b>Situation 1: Le service « ricochet ! »</b></p>  <p><b>Développer/complexifier</b> : servir rapide au-delà d'une distance matérialisée par une ligne de sol (corde ou ramasseur de balle). Réaliser la meilleure note sur 10.</p>	<p><b>But</b> : accélérer la balle au service pour surprendre l'adversaire.</p> <p><b>Critère</b> : éloigner le ramasseur qui capture les balles dans la bassine avant leur rebond au sol. Ce dernier s'éloigne d'un pas en arrière de la table de façon progressive avec l'augmentation de l'accélération du service. 10 tentatives.</p> <p><b>Aménagement</b> : table ; bassine de dix balles ; raquettes ; joueurs / ramasseurs / arbitres</p> <p><b>Consignes</b> : lancer verticalement la balle à 20 cm de hauteur et la frapper dans sa phase descendante à ras de la table, tel un lancer ricochet de cailloux à la surface d'un lac.</p> <p><b>Remédier/simplifier</b> : Servir avec la paume de main nue pour « oser » et « sentir » la frappe et l'accélération</p>
<p><b>Situation 2 :</b></p> <p><b>La remise du service adverse en coup droit.</b></p> <p>S'écarter de la trajectoire de la balle « taureau »</p> 	<p><b>But</b> : renvoyer avec la raquette le service adverse lancé à la main.</p> <p><b>Aménagement</b> : une table ; une raquette ; une bassine de dix balles</p> <p><b>Critères</b> : 1 point si le remiseur touche la balle avec sa raquette, 3 points si la balle est renvoyée sur la table, 5 points si le 1er rebond se situe au-delà du filet sur la table. Soit 50 points, si le remiseur réalise 10/10 renvois justes.</p> <p><b>Remédier/simplifier</b> : <b>se placer à côté de la trajectoire de balle</b> Tenir la raquette à deux mains, en plaçant la 2<sup>e</sup> main sur la main qui tient la raquette. Ainsi, choisir de se placer à droite ou à gauche de la trajectoire de balle pour la renvoyer.</p>
<p><b>Situation 3: Le match</b></p>  <p><b>But</b> : être le dernier à toucher/renvoyer la balle sur la table pour gagner le point.</p> <p><b>Aménagement</b> : par table 2 raquettes, 1 balle et 3 enfants 2 joueurs et 1 arbitre.</p>	<p><b>Déroulement</b> : une manche de 11 points, puis changer les adversaires et l'arbitre. Point perdu si la table « brûlante » est touchée avec la main libre ou le corps. La balle ne peut faire 2 rebonds dans mon camp sinon le point est accordé à mon adversaire.</p> <p><b>Consigne</b> : Je peux contourner le coin de table sans la toucher (interdit) et me rapprocher du filet pour rattraper la balle avant son 2<sup>e</sup> rebond dans mon camp.</p>
<p><b>La sortie de séance</b></p>	<p><b>Retour au calme, assouplissement,</b> Questions/réponses sur les règles du jeu</p>

IX. Cycle 2, Classe de CE1.

**Cycle de PING-PONG**

Ecole Primaire .....

**AVEC Tables.**

Année scolaire.....

Lieux possibles : Cours récré/salle /gymnase/stade

Les compétences EPS :

Univers :

Compétences transversales :

Coopérer et s'opposer individuellement ou collectivement

**le ping-pong aux Jeux Olympiques, depuis Séoul 1988**

patrimoine culturel sportif, histoire antique

### Séance 6/6

Savoirs à construire : tenir son rôle de joueur, au service, en remise, d'arbitre, respecter la règle du renvoi sur table, l'arbitrage.

Objectif : vivre un tournoi

Intitulé et illustration des étapes de séance	Descriptif des situations
L'entrée de séance : Echauffement général et spécifique	<i>Jeu libre au mur avec balle et raquette.</i>

## Tournoi PREMIER PAS PONGISTE

- Match en table « montante - descendante » où le vainqueur de l'étape (manche de 11 points ou meilleur score au bout de 2 minutes) monte d'une table vers le « sommet » ou « table haute », et le perdant descendant d'une table vers la « vallée » ou « table basse ».
- Arbitrage avec alternance des rôles d'arbitre et de joueur : quand je gagne, je monte d'une table pour devenir arbitre. Quand je perds je descends d'une table pour jouer contre l'arbitre de la partie précédente.
- Le vainqueur de la compétition est le gagnant de la table au sommet.
- Mettre en place un podium, remettre les récompenses aux gagnantes et aux gagnants, et les prix du fair-play, de l'arbitrage, de la participation au rangement du matériel ...
- Possibilité de faire 2 groupes de niveau, et 2 zones de tables « montante-descendante »

### Exemple :

5 tables pour le tournoi du groupe « expert », pour 15 élèves (joueurs/arbitres, avec 2 joueurs et un arbitre par table)

5 tables pour le tournoi du groupe « apprentis », pour 15 élèves (joueurs/arbitres, avec 2 joueurs et un arbitre par table)

### LES PLUS :

- Etudier les possibilités de solliciter un club de proximité ou un Entraîneur/Conseiller technique départemental pour aider à l'organisation de cette finalité de cycle.
- Visionner un match de champion (ou une partie du match) avant le tournoi.

Les compétences EPS :

Réaliser une performance mesurée

Univers :

ATHLE-PING !





Compétences transversales :

connaissance du corps

**Séance 1/6**

Savoirs à construire : se déplacer vite de différentes façons avec ou sans obstacles et objets à manipuler, adapter son lancer aux différentes modalités de situations, comparer les performances, connaître et assurer plusieurs rôles, assurer la sécurité des partenaires

Objectif : plus vite, plus loin, plus solidaire

Intitulé des étapes de séance	Descriptif des situations
<p><b>L'entrée de séance :</b> Echauffement général et spécifique</p>	 <p><b>Traditionnel :</b> trot et flexion/extension articulations</p>
<p><b>Situation 1: Courses et sauts</b> <b>SPRINT AVEC BALLE ET RAQUETTE</b></p>  <p><b>But :</b> courir le plus vite possible d'une ligne de départ à une ligne d'arrivée en tenant balle et/ou raquette en main.</p> <p><b>Critères :</b> course avec adversaire(s) en parallèle ; avec adversaire en poursuite ; au chronomètre.</p>	<p><b>Aménagement :</b> lignes ou plots départ/arrivé, espacé de 15 à 30 mètres ; couloir retour délimité par des lignes de couleurs ; balles ; raquettes.</p> <p><b>Consignes :</b> partir au signal ; ralentir au-delà de la ligne d'arrivée ; revenir en marchant dans l'espace approprié (couloir de course et couloir de retour)</p> <p><b>Variables didactiques :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>déplacement :</b> course pour l'aller, sauts pour le retour (cloche-pied, pieds joints, grenouille, gazelle) ou inversement.</li> <li>- <b>signaux de départ :</b> auditif (exemple : compte à rebours), visuel (exemple : passage du poing serré à main ouverte), kinesthésique (toucher dans le dos)</li> </ul>
<p><b>Situation 2: Lancers et tirs</b></p> 	<p><b>Lancers en duo :</b></p> <p><b>But :</b> lancer la balle de ping-pong plus loin que l'adversaire</p> <p><b>Consignes :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- un joueur lance la balle, l'autre prend la mesure</li> <li>- pointer la distance atteinte par le tir de l'adversaire en se plaçant à l'endroit où la balle est tombée au sol</li> <li>- attendre le retour du lanceur qui se pointe à l'endroit précis de l'atterrissage du premier rebond au sol.</li> </ul> <p><b>Varié les modalités de lancer :</b> course d'élan ou pas, prise d'élan à différentes hauteurs (au-dessous tête ; entre épaule et hanche ; au niveau de la hanche ; sous la hanche etc.)</p>
<p><b>Situation 3: Relais et obstacles.</b></p> 	<p><b>Variables didactiques pour les relais :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>type de course :</b> pas chassés, course libre, cloche-pied</li> <li>- <b>sens :</b> aller ou A/R</li> <li>- <b>direction :</b> (simple ou virage ou changement brusque)</li> <li>- <b>outil :</b> avec ou sans balle(s)/raquette(s), type de balle, nombre d'outils</li> <li>- <b>manipulation :</b> maintien en équilibre ou coincé ou en rebond en l'air ou au sol, raquette revers, raquette coup droit, type de prise ...</li> <li>- <b>distance de course :</b></li> <li>- <b>nombre de partenaires :</b></li> <li>- <b>mode relais :</b> main en main, passer en balle roulée au sol, passer en balle lancée ...</li> <li>- <b>obstacles</b></li> </ul>
<p><b>La sortie de séance</b></p>	<p>Bilan et sensibilisation aux assouplissements des muscles sollicités.</p>

Les compétences EPS :

Réaliser une performance mesurée

Univers :

ATHLE-PING !




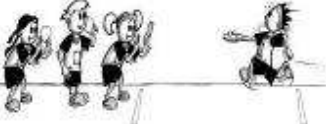
Compétences transversales :

connaissance du corps

**Séance 2/6**

Savoirs à construire : se déplacer vite de différentes façons avec ou sans obstacles et objets à manipuler, adapter son lancer aux différentes modalités de situations, comparer les performances, connaître et assurer plusieurs rôles, assurer la sécurité des partenaires




Objectif : plus vite, plus loin, plus solidaire

Intitulé des étapes de séance	Descriptif des situations
<p><b>L'entrée de séance :</b> Echauffement général et spécifique</p>	 <p><b>Traditionnel : Echauffement des chevilles. Trot et flexion/extension articulations</b></p>
<p><b>Situation 1: Courses et sauts</b></p>  <p><b>SPRINT AVEC BALLE ET RAQUETTE</b> <b>But :</b> courir le plus vite possible d'une ligne de départ à une ligne d'arrivée en tenant balle et/ou raquette en main. <b>Aménagement :</b> lignes ou plots départ/arrivée, espacés de 15 à 30 mètres ; couloir retour délimité par des lignes de couleurs ; balles ; raquettes.</p>	<p><b>Consignes :</b> partir au signal ; ralentir au-delà de la ligne d'arrivée ; revenir en marchant dans l'espace approprié (couloir de course, et couloir de retour)</p> <p><b>Critères :</b> course avec adversaire(s) en parallèle ; avec adversaire en poursuite ; au chronomètre.</p> <p><b>Variable didactique supplémentaire à la séance précédente :</b> - manipulations : une balle dans chaque main ; une raquette dans chaque main ; mains libres ; prendre la raquette à deux mains ; balle dans une main, raquette dans l'autre ; balle coincée entre 2 raquettes</p>
<p><b>Situation 2: Lancers et tirs</b></p> 	<p><b>Lancers en duo (voir séance 1) + tirs avec raquette :</b> <b>But :</b> frapper la balle à l'aide la raquette, le plus loin possible <b>Consignes et repères :</b> - un joueur frappe la balle, l'autre prend la mesure - lâcher la balle au sol (« ping ! ») et frapper lorsqu'elle atteint son sommet « pong ! » - ne pas se faire mal et faire mal aux autres : balises espacées entre chaque zone de frappe <b>Varié les modalités de lancer :</b> simplifier la frappe en demandant de laisser rebondir la balle 2 fois au sol avant ; complexifier en interdisant le rebond au sol avant la frappe, taper la balle de volée.</p>
<p><b>Situation 3: Relais et obstacles.</b></p> 	<p><b>Variables didactiques pour les relais :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- type de course : pas chassés, course libre, cloche-pied</li> <li>- sens : aller ou A/R</li> <li>- direction : (simple ou virage ou changement brusque)</li> <li>- outil : avec ou sans balle(s)/raquette(s), type de balle, nombre d'outils</li> <li>- manipulation : maintien en équilibre ou coincé ou en rebond en l'air ou au sol, raquette revers, raquette coup droit, type de prise ...</li> <li>- distance de course :</li> <li>- nombre de partenaires :</li> <li>- mode relais : main en main, passer en balle roulée au sol, passer en balle lancée ...</li> <li>- obstacles</li> <li>-</li> </ul>
<p><b>La sortie de séance</b></p>	<p>Bilan et sensibilisation aux assouplissements des muscles sollicités.</p>

Les compétences EPS : Réaliser une performance mesurée  
Univers : ATHLE-PING !  
Compétences transversales : connaissance du corps

**Séance 3/6**


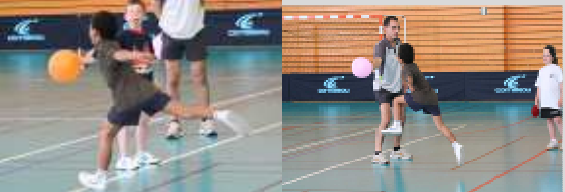

Savoirs à construire : se déplacer vite de différentes façons avec ou sans obstacles et objets à manipuler, adapter son lancer aux différentes modalités de situations, comparer les performances, connaître et assurer plusieurs rôles, assurer la sécurité des partenaires  
Objectif : plus vite, plus loin, plus solidaire

Intitulé des étapes de séance	Descriptif des situations
<p><b>L'entrée de séance :</b> Echauffement général et spécifique</p>	 <p><b>Traditionnel :</b> trot et flexion/extension articulations</p>
<p><b>Situation 1: Courses et sauts</b></p> 	<p><b>Variables didactiques supplémentaires à la séance précédente :</b></p> <p><b>Distance de courses :</b> très courte, courte, moyenne, longue.</p> <p><b>Type d'évaluation :</b> duel ou chronomètre.</p> <p><b>Trajectoire de courses :</b> le sens (aller simple ; A/R) ; la direction (virage ou changement brusque)</p>
<p><b>Situation 2: Lancers et tirs</b></p>  <p>La prise de raquette à deux mains est utilisée comme remédiation à la difficulté rencontrée par certains enfants d'effectuer un geste circulaire du bras sur le côté. L'attitude à changer est la frappe par-dessous la hanche «à la cuillère». Après s'être exercé à deux mains, reprendre la situation de référence, c'est-à-dire la frappe à une main, sur le côté.</p>	<p><b>Tirs avec raquette :</b> <b>But :</b> frapper la balle à l'aide la raquette, le plus loin possible <b>Consignes et repères :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- un joueur frappe la balle, l'autre prend la mesure</li> <li>- lâcher la balle au sol (« ping !») et frapper lorsqu'elle atteint son sommet « pong ! »</li> <li>- ne pas se faire mal et faire mal aux autres : balises espacées entre chaque zone de frappe</li> </ul> <p><b>Varié les modalités de lancer :</b> <i>simplifier</i> la frappe en demandant de laisser rebondir la balle 2 fois au sol avant ; <i>complexifier</i> en interdisant le rebond au sol avant la frappe, taper la balle de volée. <i>Apprendre à frapper à côté de soi en tenant la raquette à deux mains.</i></p>
<p><b>Situation 3: Relais et obstacles.</b></p> 	<p><b>Variables didactiques pour les relais :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>type de course :</b> pas chassés, course libre, cloche-pied</li> <li>- <b>sens :</b> aller ou A/R</li> <li>- <b>direction :</b> (simple ou virage ou changement brusque)</li> <li>- <b>outil :</b> avec ou sans balle(s)/raquette(s), type de balle, nombre d'outils</li> <li>- <b>manipulation :</b> maintien en équilibre ou coincé ou en rebond en l'air ou au sol, raquette revers, raquette coup droit, type de prise ...</li> <li>- <b>distance de course :</b></li> <li>- <b>nombre de partenaires :</b></li> <li>- <b>mode relais :</b> main en main, passer en balle roulée au sol, passer en balle lancée ...</li> <li>- <b>obstacles</b></li> </ul>
<p><b>La sortie de séance</b></p>	<p>Bilan et sensibilisation aux assouplissements des muscles sollicités.</p>

Les compétences EPS : Réaliser une performance mesurée  
Univers : ATHLE-PING !  
Compétences transversales : connaissance du corps

**Séance 4/6**

Savoirs à construire : se déplacer vite de différentes façons avec ou sans obstacles et objets à manipuler, adapter son lancer aux différentes modalités de situations, comparer les performances, connaître et assurer plusieurs rôles, assurer la sécurité des partenaires  
Objectif : plus vite, plus loin, plus solidaire



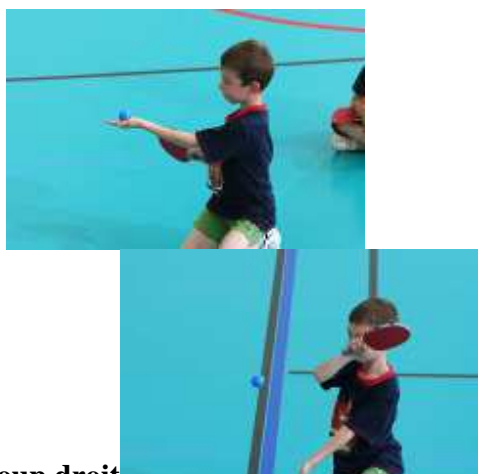


Intitulé des étapes de séance	Descriptif des situations
<p><b>L'entrée de séance :</b> Echauffement général et spécifique</p>	 <p><b>Traditionnel :</b> trot et flexion/extension articulations</p>
<p><b>Situation 1: sauts PING-PONG longueurs</b></p> 	<p><b>Frapper la branche après le saut de la rivière.</b></p> <p><b>But :</b> sauter le plus loin possible vers l'avant pour frapper le ballon de baudruche</p> <p><b>Aménagement :</b> raquette, ruban adhésif, 5 ballons de baudruches, 5 piquets</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- à l'aide de ruban adhésif, former une rivière au sol dont les rives s'éloignent progressivement l'une de l'autre ( de 80 à 120 cm )</li> <li>- 5 plots matérialisent les différents points de départ pour les courses d'élan, pour sauter la rivière sur des largeurs différentes et croissante.</li> <li>- sur l'autre rive se trouve un ballon de baudruche fixé sur un piquet, qu'il faut atteindre et frapper avec la main, puis la raquette en finalité du saut.</li> </ul> <p><b>Evolutions :</b> être progressif, commencer de la plus courte distance à la plus grande, commencer à la main, puis avec raquette.</p> <p><b>Remédiations :</b> rythmer la pose des appuis au sol « Ping ! » « Pong ! »</p>
<p><b>Situation 2: Lancers et tirs</b></p>	<p><b>Tirs à partir de la balle posée dans la paume de main libre</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- avec le dos de l'autre main</li> <li>- avec la paume de l'autre main</li> </ul>
<p><b>Situation 3: Relais et obstacles.</b></p> 	<p><b>Variables didactiques pour les relais :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>type de course :</b> pas chassés, course libre, cloche-pied</li> <li>- <b>sens :</b> aller ou A/R</li> <li>- <b>direction :</b> (simple ou virage ou changement brusque)</li> <li>- <b>outil :</b> avec ou sans balle(s)/raquette(s), type de balle, nombre d'outils</li> <li>- <b>manipulation :</b> maintien en équilibre ou coincé ou en rebond en l'air ou au sol, raquette revers, raquette coup droit, type de prise ...</li> <li>- <b>distance de course :</b></li> <li>- <b>nombre de partenaires :</b></li> <li>- <b>mode relais :</b> main en main, passer en balle roulée au sol, passer en balle lancée ...</li> <li>- <b>obstacles</b></li> </ul>
<p><b>La sortie de séance</b></p>	<p>Bilan et sensibilisation aux assouplissements des muscles sollicités.</p>

Les compétences EPS :  
Univers :  
Compétences transversales :

Réaliser une performance mesurée  
ATHLE-PING !  
connaissance du corps

**Séance 5/6**

Savoirs à construire : se déplacer vite de différentes façons avec ou sans obstacles et objets à manipuler, adapter son lancer aux différentes modalités de situations, comparer les performances, connaître et assurer plusieurs rôles, assurer la sécurité des partenaires  
Objectif : plus vite, plus loin, plus solidaire





Intitulé des étapes de séance	Descriptif des situations
<p>L'entrée de séance : Echauffement général et spécifique</p>	 <p><b>Traditionnel</b> : trot et flexion/extension articulations</p>
<p><b>Situation 1: Sauts PING-PONG hauteur</b></p> 	<p><b>But</b> : atteindre les ballons de baudruches fixés au mur à hauteur croissante.</p> <p><b>Aménagement</b> : fixer cinq ballons de baudruche au mur, à cinq hauteurs différentes et croissantes</p> <p><b>Déroulement</b> : commencer avec la main, poursuivre avec la raquette</p>
<p><b>Situation 2: Lancers et tirs</b></p>  <p><b>coup droit</b></p>	<p><b>Tirs à partir de la balle posée dans la paume de main</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- avec la raquette en coup droit</li> <li>- avec la raquette en revers</li> </ul>  <p><b>revers</b></p>
<p><b>Situation 3: Relais et obstacles.</b></p> 	<p><b>Variables didactiques pour les relais :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>type de course</b> : pas chassés, course libre, cloche-pied</li> <li>- <b>sens</b> : aller ou A/R</li> <li>- <b>direction</b> : (simple ou virage ou changement brusque)</li> <li>- <b>outil</b> : avec ou sans balle(s)/raquette(s), type de balle, nombre d'outils</li> <li>- <b>manipulation</b> : maintien en équilibre ou coincé ou en rebond en l'air ou au sol, raquette revers, raquette coup droit, type de prise ...</li> <li>- <b>distance de course</b> :</li> <li>- <b>nombre de partenaires</b> :</li> <li>- <b>mode relais</b> : main en main, passer en balle roulée au sol, passer en balle lancée ...</li> <li>- <b>obstacles</b></li> </ul>
<p><b>La sortie de séance</b></p>	<p>Bilan et sensibilisation aux assouplissements des muscles sollicités.</p>

Les compétences EPS :  
Univers :  
Compétences transversales :

Réaliser une performance mesurée  
ATHLE-PING !  
connaissance du corps

**Séance 6/6**

Savoirs à construire : se déplacer vite de différentes façons avec ou sans obstacles et objets à manipuler, adapter son lancer aux différentes modalités de situations, comparer les performances, connaître et assurer plusieurs rôles, assurer la sécurité des partenaires  
Objectif : plus vite, plus loin, plus solidaire

Intitulé des étapes de séance	Descriptif des situations
<p><b>L'entrée de séance :</b> Echauffement général et spécifique</p>	 <p><b>Traditionnel :</b> trot et flexion/extension articulations</p>
<p><b>Situation 1: Courses et sauts</b></p>	<p><b>4 ateliers :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- saut en longueur (saut de rivière), voir séance 4</li> <li>- saut en hauteur, voir séance 5</li> <li>- sprint simple, voir séance 1 et 2</li> <li>- sprint aller-retour avec balle et raquette.</li> </ul>
<p><b>Situation 2: Lancers et tirs</b></p> 	<p><b>4 ateliers :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- tir en balle roulée avec la paume de la main</li> <li>- tir en balle roulée au sol avec raquette côté coup droit</li> <li>- tir en balle roulée avec le dos de la main</li> <li>- tir en balle roulée avec raquette côté revers.</li> </ul> 
<p><b>Situation 3: Relais et obstacles.</b></p> 	<p><b>Variables didactiques pour les relais :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>type de course</b> : pas chassés, course libre, cloche-pied</li> <li>- <b>sens</b> : aller ou A/R</li> <li>- <b>direction</b> : (simple ou virage ou changement brusque)</li> <li>- <b>outil</b> : avec ou sans balle(s)/raquette(s), type de balle, nombre d'outils</li> <li>- <b>manipulation</b> : maintien en équilibre ou coincé ou en rebond en l'air ou au sol, raquette revers, raquette coup droit, type de prise ...</li> <li>- <b>distance de course</b> :</li> <li>- <b>nombre de partenaires</b> :</li> <li>- <b>mode relais</b> : main en main, passer en balle roulée au sol, passer en balle lancée ...</li> <li>- <b>obstacles</b></li> </ul>
<p><b>La sortie de séance</b></p>	<p>Bilan et sensibilisation aux assouplissements des muscles sollicités.</p>



Les compétences EPS :

Univers :

Compétences transversales :

Adapter ses déplacements à différents types d'environnements




le tour du monde en 80 jours

géographie, histoire des moyens de locomotions

**Séance 1/6**

Savoirs à construire : connaître et assurer plusieurs rôles, mémoriser des règles, réaliser différents types de déplacements et d'équilibres, trajectoires, vitesses avec ou sans balle/raquette, respecter les espaces utilisés.

Objectifs : chercher des solutions pour adapter ses déplacements dans des contraintes et espaces plus ou moins importants




Intitulé des étapes de séance	Descriptif des situations
<p><b>L'entrée de séance :</b> Echauffement général et spécifique</p> 	<p><b>LA MONTGOLFIERE :</b> Jongler avec un ballon de baudruche et une raquette. Le ballon ne doit pas toucher le sol. On s'assied lorsque le ballon touche le sol. Le dernier joueur à faire voler sa montgolfière a gagné.</p>
<p><b>Situation 1 : LES PETITS TRAINS</b></p> 	<p><b>Objectif</b> : captiver l'attention visuelle, kinesthésique et auditive par le jeu d'équipe et la manipulation des outils pongistes. <b>Aménagement</b>: balles, balles cassées, raquettes <b>But</b> : Suivre les mouvements et déplacements variés de la locomotive en contrôlant la balle <b>Consignes</b> : Former avec quatre camarades un petit train, avec la locomotive en tête qui guide les wagons, les uns derrière les autres. La locomotive laisse sa place dès qu'elle perd le contrôle de balle. <b>Variables</b> : l'enseignant fait varier les <b>modalités de contrôle de balle</b> et raquette (coup droit, revers, nombre de doigts utilisés, coincer la balle entre corps et raquette...), la locomotive varie les <b>modalités de déplacements</b> (cloche-pied, canard, pas chassés, rythme ...)</p>
<p><b>Situation 2 : Triple tir, triple position</b></p> <p><b>Objectif</b> : coordonner des déplacements variés pour échanger la balle <b>Aménagement</b>: balles, balles cassées, raquettes <b>But</b> : Enchaîner trois types de position et déplacements pour échanger la balle.</p>	<p><b>Consignes</b> : à distance de 3-4 m l'un de l'autre, les deux joueurs échangent la balle en la faisant rouler au sol. Trois positions à alterner pour renvoyer la balle 1 Hélicoptère : il s'agit de renvoyer la balle au pied, <b>debout</b>, après avoir fait un ou plusieurs tours sur soi-même 2 A ski : <b>accroupi</b>, faire glisser la balle au sol vers le partenaire, à l'aide de la paume ou du revers de la main 3 En luge : idem mais à <b>plat ventre</b> <b>Variables didactiques</b> : nombre de <b>balles</b> en jeu ; <b>rythme</b> ; <b>distance</b> entre les deux joueurs ; <b>incertitude</b> : un joueur est guide, à l'initiative des positions à adopter, l'autre joueur doit le suivre et imiter les positions avant de renvoyer la balle.</p>
<p><b>Situation 2 : LES GRANDS VOYAGEURS</b></p> 	<p><b>EN FUSEE :</b> <b>But</b> : projeter le plus haut possible la balle fusée à l'aide de la raquette et se déplacer pour la rattraper avant sa chute au sol. <b>Consigne</b> : <i>ne pas se faire mal</i> et <i>ne pas faire mal</i> : observer des distances avec les autres joueurs ; <i>pour aller plus haut</i> s'aider de la poussée des jambes et de la pression des doigts au moment de l'impact raquette - balle. <b>Variantes</b> : en coup droit ; en revers ; assis ; debout ; sur un pied ; à deux mains</p>
<p><b>La sortie de séance</b> Bilan et relaxation</p>	

Les compétences EPS : Adapter ses déplacements à différents types d'environnements  
Univers : le tour du monde en 80 jours  
Compétences transversales : géographie

**Séance 2/6**

Savoirs à construire : connaître et assurer plusieurs rôles, mémoriser des règles, combiner différentes actions sur des appuis stables ou instables en milieu aménagé et varié, respecter les espaces utilisés.

Objectif : adapter ses déplacements à la situation avec ou sans adversaire, avec ou sans partenaire.

Intitulé des étapes de séance	Descriptif des situations
<p><b>L'entrée de séance :</b></p> 	<p><b>LA MONTGOLFIERE :</b> Jongler avec un ballon de baudruche et une raquette. Le ballon ne doit pas toucher le sol. On s'assied lorsque le ballon touche le sol. Le dernier joueur à faire voler sa montgolfière a gagné.</p>
<p><b>Situation 1 : LES PETITS TRAINS</b></p> 	<p><b>Objectif</b> : captiver l'attention visuelle, kinesthésique et auditive par le jeu d'équipe et la manipulation des outils pongistes. <b>Aménagement</b>: balles, balles cassées, raquettes <b>But</b> : Suivre les mouvements et déplacements variés de la locomotive en contrôlant la balle <b>Consignes</b> : Former avec quatre camarades un petit train, avec la locomotive en tête qui guide les wagons, les uns derrière les autres. La locomotive laisse sa place dès qu'elle perd le contrôle de balle. <b>Variables</b> : l'enseignant fait varier les <b>modalités de contrôle de balle</b> et raquette (coup droit, revers, nombre de doigts utilisés, coincer la balle entre corps et raquette...), la locomotive varie les <b>modalités de déplacements</b> (cloche-pied, canard, pas chassés, rythme ...)</p>
<p><b>Situation 2 : Triple tir, triple position</b></p> <p><b>Objectif</b> : coordonner des déplacements variés pour échanger la balle <b>Aménagement</b>: balles, balles cassées, raquettes <b>But</b> : Enchaîner trois types de position et déplacements pour échanger la balle.</p>	<p><b>Consignes</b> : à distance de 3-4 m l'un de l'autre, les deux joueurs échangent la balle en la faisant rouler au sol. Trois positions à alterner pour renvoyer la balle 1 Hélicoptère : il s'agit de renvoyer la balle au pied, <b>debout</b>, après avoir fait un ou plusieurs tours sur soi-même 2 A ski : <b>accroupi</b>, faire glisser la balle au sol vers le partenaire, à l'aide de la paume ou du revers de la main 3 En luge : idem mais à <b>plat ventre</b> <b>Variables didactiques</b> : nombre de <b>balles</b> en jeu ; <b>rythme</b> ; <b>distance</b> entre les deux joueurs ; <b>incertitude</b> : un joueur est guide, à l'initiative des positions à adopter, l'autre joueur doit le suivre et imiter les positions avant de renvoyer la balle.</p>
<p><b>Situation 2: LES GRANDS VOYAGEURS</b></p> 	<p><b>LE SOUS-MARIN :</b></p> <p><b>But</b> : ramper et faire avancer la balle à l'aide de la raquette</p> <p><b>Variante</b> : ramper mains dans le dos et faire avancer la balle en soufflant</p> <p>+ <b>LA FUSEE</b> : voir séance précédente.</p>
<p><b>La sortie de séance</b> Bilan et relaxation</p>	

Les compétences EPS :

Univers :

Compétences transversales :

Adapter ses déplacements à différents types d'environnements




le tour du monde en 80 jours

géographie

**Séance 3/6**

Savoirs à construire : connaître et assurer plusieurs rôles, mémoriser des règles, combiner des actions de plus en plus variées, respecter les espaces utilisés.

Objectif : adapter ses déplacements dans des espaces plus ou moins vastes et progressivement chargés d'incertitudes




Intitulé des étapes de séance	Descriptif des situations
<p><b>L'entrée de séance :</b></p> 	<p><b>LA MONTGOLFIERE :</b>                      Jongler avec DEUX ballons de baudruche et une raquette.                      Les ballons ne doivent pas toucher le sol.                      On s'assied lorsque l'un des deux ballons touche le sol. Le dernier joueur à faire voler sa montgolfière a gagné.</p>
<p><b>Situation 1: LES PETITS TRAINS</b></p> 	<p><b>Objectif</b> : captiver l'attention visuelle, kinesthésique et auditive, par le jeu d'équipe et la manipulation des outils pongistes.  <b>Aménagement</b>: balles, balles cassées, raquettes  <b>But</b> : Suivre les mouvements et déplacements variés de la locomotive en contrôlant la balle  <b>Consignes</b> : Former avec quatre camarades un petit train, avec la locomotive en tête qui guide les wagons, les uns derrière les autres. La locomotive laisse sa place dès qu'elle perd le contrôle de balle.  <b>Variables</b> : l'enseignant fait varier les <b>modalités de contrôle de balle</b> et raquette (coup droit, revers, nombre de doigts utilisés, coincer la balle entre corps et raquette...), la locomotive varie les <b>modalités de déplacements</b> (cloche-pied, canard, pas chassés, rythme ...)</p>
<p><b>Situation 2 : Triple tir, triple position</b></p> <p><b>Objectif</b> : coordonner des déplacements variés pour échanger la balle  <b>Aménagement</b>: balles, balles cassées, raquettes  <b>But</b> : Enchaîner trois types de positions et déplacements pour échanger la balle.</p>	<p><b>Consignes</b> : à distance de 3-4 m l'un de l'autre, les deux joueurs échangent la balle en la faisant rouler au sol. Trois positions à alterner pour renvoyer la balle  <b>1 Hélicoptère</b> : il s'agit de renvoyer la balle au pied, <b>debout</b>, après avoir fait un ou plusieurs tours sur soi-même  <b>2 A ski</b> : <b>accroupi</b>, faire glisser la balle au sol vers le partenaire, à l'aide de la paume ou du revers de la main  <b>3 En luge</b> : idem mais à <b>plat ventre</b>  <b>Variables didactiques</b> : nombre de <b>balles</b> en jeu ; <b>rythme</b> ; <b>distance</b> entre les deux joueurs ; <b>incertitude</b> : un joueur est guide, à l'initiative des positions à adopter, l'autre joueur doit le suivre et imiter les positions avant de renvoyer la balle.</p>
<p><b>Situation 3: LE RELAIS DES GRANDS VOYAGEURS</b></p> 	<p><b>LA FUSEE</b> : voir séance 1                      + <b>LE SOUS-MARIN</b> : voir séance 2                      + <b>LA BALLE MOTO / TGV</b> :  <b>But</b> : accélérer la balle en la brossant à l'aide la raquette  <b>Critère</b> : atteindre la zone de récupération avec la balle et la récupérer le plus vite possible.</p>
<p><b>La sortie de séance</b></p>	<p>Bilan et relaxation</p>

Les compétences EPS : Adapter ses déplacements à différents types d'environnements  
Univers : le tour du monde en 80 jours  
Compétences transversales : géographie

**Séance 4/6**

Savoirs à construire : connaître et assurer plusieurs rôles, mémoriser des règles, combiner des actions de plus en plus variées, savoir mobiliser ses énergies au bon moment.

Objectif : adapter ses déplacements progressivement chargés d'incertitudes, doser son effort

Intitulé des étapes de séance	Descriptif des situations
<p><b>L'entrée de séance :</b></p> 	<p><b>LA MONTGOLFIERE :</b> Jongler avec DEUX ballons de baudruche et une raquette. Les ballons ne doivent pas toucher le sol. On s'assied lorsque l'un des deux ballons touche le sol. Le dernier joueur à faire voler sa montgolfière a gagné.</p>
<p><b>Situation 1: DERNIERES PLACES DANS LE BUS</b></p> 	<p><b>But</b> : au signal, s'asseoir avec son partenaire sur les chaises disponibles, tout en maintenant une balle coincée entre les raquettes des deux joueurs sans l'aide de la main libre. <b>Aménagement</b> : douze chaises réparties par deux, à l'intérieur d'un grand cercle d'une dizaine de mètres de diamètre, une raquette par joueur, une balle pour deux. Les élèves ne peuvent pénétrer le cercle qu'au signal de l'enseignant. <b>Variante</b> : des cerceaux remplacent les chaises. <b>Critères</b> : à chaque tour, deux chaises sont enlevées, un duo est éliminé. Le couple vainqueur est celui qui réussit à s'asseoir sur les deux dernières chaises. <b>Consignes</b> : tenir correctement la raquette avec les deux doigts, le pouce et l'index formant une pince au niveau de la partie supérieure de la palette et les trois autres doigts sont posés sur le manche.</p>
<p><b>Situation 2 : Triple tir, triple position</b></p> <p><b>Objectif</b> : coordonner des déplacements variés pour échanger la balle</p> <p><b>Aménagement</b>: balles, balles cassées, raquettes</p> <p><b>But</b> : Enchaîner trois types de position et déplacements pour échanger la balle.</p>	<p><b>Consignes</b> : à distance de 3-4 m l'un de l'autre, les deux joueurs échangent la balle en la faisant rouler au sol. Trois positions à alterner pour renvoyer la balle</p> <p>1 Hélicoptère : il s'agit de renvoyer la balle au pied, <b>debout</b>, après avoir fait un ou plusieurs tours sur soi-même</p> <p>2 A ski : <b>accroupi</b>, faire glisser la balle au sol vers le partenaire, à l'aide de la paume ou du revers de la main</p> <p>3 En luge : idem mais à <b>plat ventre</b></p> <p><b>Variables didactiques</b> : nombre de balles en jeu ; <b>rythme</b> ; <b>distance</b> entre les deux joueurs ; <b>incertitude</b> : un joueur est guide à l'initiative des positions à adopter, l'autre joueur doit le suivre et imiter les positions avant de renvoyer la balle.</p>
<p><b>Situation 3: LE RELAIS DES GRANDS VOYAGEURS</b></p> 	<p><b>LA FUSEE</b> : voir séance 1 + <b>LE SOUS-MARIN</b> : voir séance 2 + <b>LA BALLE MOTO / TGV</b> : + <b>L'AVION</b> :</p> <p><b>But</b> : lancer, frapper ou brosser la balle pour la faire décoller et la passer au partenaire suivant.</p> <p><b>Variantes</b> : du plus simple au plus difficile : <b>lancer la balle à la main</b> ; frapper la balle avec la raquette ; brosser la balle posée dans la paume avec la main opposée ; brosser la balle posée dans la paume avec la raquette</p>
<p><b>La sortie de séance</b></p>	<p>Bilan et relaxation</p>

Les compétences EPS :  
Univers :  
Compétences transversales :

Adapter ses déplacements à différents types d'environnements  
le tour du monde en 80 jours  
géographie

**Séance 5/6**

Savoirs à construire : identifier, lire les indices placés à différents moments endroits en cours d'action

Objectif : rester réceptif aux différents signaux et doser son effort au cours des déplacements.


Intitulé des étapes de séance	Descriptif des situations
<p><b>L'entrée de séance :</b></p>	<p><b>LA MONTGOLFIERE :</b> Jongler avec une balle de ping-pong et une raquette. La balle ne doit pas toucher le sol. On s'assied lorsque la balle touche le sol. Le dernier joueur à faire voler sa montgolfière a gagné.</p>
<p><b>Situation 1: DERNIERES PLACES DANS LE BUS</b></p> 	<p><b>But</b> : au signal, s'asseoir avec son partenaire sur les chaises disponibles, tout en maintenant une balle coincée entre les raquettes des deux joueurs sans l'aide de la main libre. <b>Aménagement</b> : douze chaises réparties par deux, à l'intérieur d'un grand cercle d'une dizaine de mètres de diamètre, une raquette par joueur, une balle pour deux. Les élèves ne peuvent pénétrer le cercle qu'au signal de l'enseignant. <b>Variante</b> : des cerceaux remplacent les chaises. <b>Critères</b> : à chaque tour, deux chaises sont enlevées, un duo est éliminé. Le couple vainqueur est celui qui réussit à s'asseoir sur les deux dernières chaises. <b>Consignes</b> : tenir correctement la raquette avec les deux doigts, le pouce et l'index formant une pince au niveau de la partie supérieure de la palette, les trois autres doigts sont posés sur le manche.</p>
<p><b>Situation 2 : Triple tir, triple position</b></p> <p><b>Objectif</b> : coordonner des déplacements variés pour échanger la balle <b>Aménagement</b>: balles, balles cassées, raquettes <b>But</b> : Enchaîner trois types de positions et déplacements pour échanger la balle.</p>	<p><b>Consignes</b> : à distance de 3-4 m l'un de l'autre, les deux joueurs échangent la balle en la faisant rouler au sol. Trois positions à alterner pour renvoyer la balle 1 Hélicoptère : il s'agit de renvoyer la balle au pied, <b>debout</b>, après avoir fait un ou plusieurs tours sur soi-même 2 A ski : <b>accroupi</b>, faire glisser la balle au sol vers le partenaire, à l'aide de la paume ou du revers de la main 3 En luge : idem mais à <b>plat ventre</b> <b>Variables didactiques</b> : nombre de balles en jeu ; <b>rythme</b> ; <b>distance</b> entre les deux joueurs ; <b>incertitude</b> : un joueur est guide, à l'initiative des positions à adopter, l'autre joueur doit le suivre et imiter les positions avant de renvoyer la balle.</p>
<p><b>Situation 3 : LE RELAIS DES GRANDS VOYAGEURS</b></p>	<p><b>LA FUSEE</b> : voir séance 1 + <b>LE SOUS-MARIN</b> : voir séance 2 + <b>LA BALLE MOTO / TGV</b> : voir séance 3 + <b>L'AVION</b> : <b>But</b> : lancer, frapper ou brosser la balle pour la faire décoller et la passer au partenaire suivant. <b>Variantes</b> : du plus simple au plus difficile : lancer la balle à la main ; frapper la balle avec la raquette ; brosser la balle posée dans la paume avec la main opposée ; brosser la balle posée dans la paume avec la raquette</p>
<p><b>La sortie de séance</b></p>	<p>Bilan et relaxation</p>

Les compétences EPS : Adapter ses déplacements à différents types d'environnements  
Univers : le tour du monde en 80 jours  
Compétences transversales : géographie

**Séance 6/6**

Savoirs à construire : identifier, lire les indices placés à différents moments endroits, en cours d'action

Objectif : évaluation finale des différentes situations et des comportements adoptés sur le cycle (discipline, apprentissages)

Intitulé des étapes de séance	Descriptif des situations
<p><b>L'entrée de séance :</b></p>	<p><b>LA MONTGOLFIERE :</b> Jongler avec une balle de ping-pong et une raquette. La balle ne doit pas toucher le sol. On s'assied lorsque la balle touche le sol. Le dernier joueur à faire voler sa montgolfière a gagné.</p>
<p><b>Situation 1: DERNIERES PLACES DANS LE BUS</b></p> 	<p><b>But :</b> au signal, s'asseoir avec son partenaire sur les chaises disponibles, tout en maintenant une balle coincée entre les raquettes des deux joueurs sans l'aide de la main libre. <b>Aménagement :</b> 12 chaises réparties par deux, à l'intérieur d'un grand cercle d'une dizaine de mètres de diamètre, une raquette par joueur, une balle pour deux. Les élèves ne peuvent pénétrer le cercle qu'au signal de l'enseignant. <b>Variante :</b> des cerceaux remplacent les chaises. <b>Critères :</b> à chaque tour, deux chaises sont enlevées et un duo est éliminé. Le couple vainqueur est celui qui réussit à s'asseoir sur les deux dernières chaises. <b>Consignes :</b> tenir correctement la raquette avec les deux doigts, le pouce et l'index formant une pince au niveau de la partie supérieure de la palette et les trois autres doigts sont posés sur le manche.</p>
<p><b>Situation 2 : Triple tir, triple position</b></p> <p><b>Objectif :</b> coordonner des déplacements variés pour échanger la balle</p> <p><b>Aménagement:</b> balles, balles cassées, raquettes</p> <p><b>But :</b> Enchaîner trois types de position et déplacements pour échanger la balle.</p>	<p><b>Consignes :</b> à distance de 3-4 m l'un de l'autre, les deux joueurs échangent la balle en la faisant rouler au sol. Trois positions à alterner pour renvoyer la balle</p> <p><b>1 Hélicoptère :</b> il s'agit de renvoyer la balle au pied, <b>debout</b>, après avoir fait un ou plusieurs tours sur soi-même</p> <p><b>2 A ski : accroupi,</b> faire glisser la balle au sol vers le partenaire, à l'aide de la paume ou du revers de la main</p> <p><b>3 En luge :</b> idem mais à <b>plat ventre</b></p> <p><b>Variables didactiques :</b> nombre de balles en jeu ; <b>rythme</b> ; <b>distance</b> entre les deux joueurs ; <b>incertitude</b> : un joueur est guide à l'initiative des positions à adopter, l'autre joueur doit le suivre et imiter les positions avant de renvoyer la balle.</p>
<p><b>Situation 3: LE RELAIS DES GRANDS VOYAGEURS</b></p>	<p><b>LA FUSEE :</b> voir séance 1 + <b>LE SOUS-MARIN :</b> voir séance 2 + <b>LA BALLE MOTO / TGV :</b> voir séance 3 + <b>L'AVION :</b></p> <p><b>But :</b> lancer, frapper ou brosser la balle pour la faire décoller et la passer au partenaire suivant.</p> <p><b>Variantes :</b> du plus simple au plus difficile lancer la balle à la main ; frapper la balle avec la raquette ; brosser la balle posée dans la paume avec la main opposée ; brosser la balle posée dans la paume avec la raquette</p>
<p><b>La sortie de séance</b></p>	<p>Bilan et relaxation</p>

Les compétences EPS :

S'opposer individuellement et/ou collectivement

Univers :

Face à face multisports

Compétences transversales :

patrimoine culturel sportif ; complémentarité/similitude inter - sports.

**Séance 1/6**

Savoirs à construire : différencier opposition et partenariat ; apprécier différentes distances de duel ; ne pas se laisser faire mal et ne pas faire mal.

Objectif : découvrir les trois distances principales d'opposition à un adversaire ; respecter les différentes règles ; s'opposer sans crainte

**L'entrée de séance :**

Echauffement général et spécifique

**Le Guide et le Miroir :**

Deux joueurs se font face à 1 mètre de distance.  
Chacun possède en main une raquette avec **une balle cassée posée**.  
Le miroir doit rester face au guide lors de ses déplacements en pas chassés réalisés avec changements de direction, sur la même ligne de sol.  
Alterner les rôles par séquences de 15 secondes d'effort, et 15 secondes de repos actif (échauffement des articulations)

**Situation 1 : PENALTY PING**



**But** : attaquer/défendre le but par des tirs en balles roulées.

**Aménagement** : une balle pour 2 élèves, 3 plots pour démarquer les poteaux et la distance de tir au but de 3-4 mètres.

**Niveau 1** : le tir de l'attaquant se fait de la main.

La parade du gardien se fait avec les mains, position assis ou debout.

**Critères** : réussite pour le tireur si la balle atteint les buts et pour le gardien s'il réalise une parade par un arrêt ou un renvoi.

**Consignes** : rechercher la bonne position et technique gestuelle de frappe pour être précis et rapide dans le tir ou la parade.

**Variables** : distance entre tireur et gardien. Largeur des buts

**Situation 2 : ESCRIME PING**



**But** : toucher la raquette adverse et protéger la sienne dans un espace limité.

**Aménagement** : une raquette par élève ; cercle ou rectangle au sol ou séparations formant un parc.

**Critères** : réussite si la raquette adverse est saisie ou si l'adversaire est hors zone

**Consignes**:

- appuis dynamiques sur l'avant/intérieur du pied et flexion des genoux, prêt à bondir.
- se déplacer pour attaquer : fente avant ; pour défendre : pas chassés, fente arrière

**Niveau 1** : tenir la raquette correctement, chercher à toucher la raquette adverse avec la main libre. Changer de main à mi-temps.

**Situation 3 : LUTTE PING**



**But** : faire tomber la balle adverse ou mettre l'adversaire hors jeu

**Aménagement** : espace limité de 2/3 m<sup>2</sup> hors duquel il est interdit de poser un pied ; les protagonistes maintiennent chacun une balle entre deux raquettes, une dans chaque main.

**Critères** : le 1er à 5 points remporte le combat ; le point est marqué lorsque la balle adverse tombe au sol ou si l'adversaire franchit la limite.

**Consignes**: ne pas faire mal ; ne pas se laisser faire mal ; déséquilibrer l'adversaire par le contact épaule contre épaule ; utiliser la force adverse pour provoquer des déséquilibres.

**Variables** : nombre d'adversaires ; nombre de balles à coincer entre deux raquettes ; surface de l'espace de jeu ; modalités pour coincer la balle avec la ou les raquettes et/ou différentes parties du corps.

**La sortie de séance Bilan et retour au calme**



**Le roi des rebonds :**

Jongler tous en même temps. Dès que le contrôle de balle est perdu, s'allonger sur le dos en posant balle et raquette sur le ventre.

Lorsqu'il reste un seul jongleur, celui-ci est nommé roi des rebonds.

Il délivre alors les élèves les plus calmes qui, les uns après les autres, rangent leur matériel. Ceux-ci délivrent à leur tour les autres enfants.

Les compétences EPS :  
Univers :  
Compétences transversales :

S'opposer individuellement et/ou collectivement  
Face à face multisports  
patrimoine culturel sportif

**Séance 2/6**

Savoirs à construire : différencier opposition et partenariat ; apprécier différentes distances de duel ;

Objectif : découvrir les trois distances principales d'opposition à un adversaire ; respecter les différentes règles ; s'opposer sans crainte

**L'entrée de séance :**

Echauffement général et spécifique

**Attaque - défense de basket - ping.**

Le défenseur freine l'avancée de l'attaquant en faisant face par des pas chassés. Le défenseur a les mains dans le dos et ne peut toucher l'attaquant.  
L'attaquant maintient une **balle cassée** en équilibre sur sa raquette.  
La progression se fait dans un couloir long de 10m et large de 2m.  
Faute si le pied est hors couloir ou si la balle tombe. L'attaquant utilise la vitesse et la ruse dans ses déplacements (feintes) et l'adresse pour contrôler sa balle.

**Situation 1 : PENALTY PING**



**But** : attaquer/défendre le but par des tirs en balles roulées.

**Aménagement** : une balle pour 2 élèves, 3 plots pour démarquer les poteaux et la distance de tir au but, de 3 à 4 m.

**Niveau 2** :

le tir de l'attaquant se fait de la main.

La parade du gardien se fait avec les pieds uniquement.

**Critères** : réussite pour le tireur si la balle atteint les buts et pour le gardien s'il réalise une parade par un arrêt ou un renvoi.

**Consignes** : rechercher technique et position de frappe pour être précis et rapide dans le tir ou la parade. Chercher à « brosser » la balle avec la paume de main.

**Variables** : distance entre tireur et gardien. Largeur des buts

**Situation 2 : ESCRIME PING**



**But** : saisir la balle ou raquette adverse et protéger la sienne dans un espace limité.

**Aménagement** : 1 raquette par élève ; plusieurs espaces de 2m<sup>2</sup> (corde/plots)

**Critères** : réussite si la raquette adverse est saisie ou si l'adversaire est hors zone

**Consignes**:

- appuis dynamiques sur l'avant/intérieur du pied et flexion des genoux, prêt à bondir.

- se déplacer pour attaquer : fente avant pour saisir

- se déplacer pour défendre sa balle : pas chassés dos à l'adversaire / fente arrière

**Etape 2** : tenir la raquette main gauche (pour droitier) par la pince pouce index sur la partie supérieure de la palette. La raquette adverse doit être saisie avec la main droite par le manche. Changer de main à mi-temps.

**Situation 3 : LUTTE PING**



**But** : faire tomber la balle adverse ou mettre l'adversaire hors jeu

**Aménagement** : espace limité de 2/3 m<sup>2</sup> hors duquel il est interdit de poser un pied ; les protagonistes maintiennent chacun une balle entre deux raquettes, une dans chaque main.

**Critères** : le 1er à 5 points remporte le combat ; le point est marqué lorsque la balle adverse tombe au sol ou si l'adversaire franchit la limite.

**Consignes**: ne pas faire mal ; ne pas se laisser faire mal ; déséquilibrer l'adversaire par le contact épaule contre épaule ; utiliser la force adverse pour provoquer des déséquilibres.

**Variables** : nombre d'adversaires ; nombre de balles à coincer entre deux raquettes ; surface de l'espace de jeu ; modalités pour coincer la balle avec la ou les raquettes et/ou différentes parties du corps.

**La sortie de séance** : bilan, retour au calme



**Le roi des rebonds** :

Jongler tous en même temps. Dès que le contrôle de balle est perdu, s'allonger sur le dos en posant balle et raquette sur le ventre.

Lorsqu'il reste un seul jongleur, celui-ci est nommé roi des rebonds.

Il délivre alors les élèves les plus calmes qui, les uns après les autres, rangent leur matériel. Ceux-ci délivrent à leur tour les autres enfants.



Les compétences EPS :

Univers :

Compétences transversales :

S'opposer individuellement et/ou collectivement



Face à face multisports

patrimoine culturel sportif

**Séance 3/6**

Savoirs à construire : différencier opposition et partenariat ; apprécier différentes distances de duel ;

Objectif : découvrir les trois distances principales d'opposition à un adversaire ; respecter les différentes règles ; s'opposer sans crainte

<p><b>L'entrée de séance :</b> Echauffement général et spécifique</p>	<p><b>Le Guide et le Miroir :</b> Deux joueurs se font face à 1 mètre de distance. Chacun possède dans chaque main une raquette avec, entre ces deux raquettes, une balle coincée. Le miroir doit rester face au guide lors de ses déplacements en pas chassés réalisés avec changements de direction, sur la même ligne de sol, sans faire tomber la balle. Alterner les rôles par séquences de 15 secondes d'effort et 15 secondes de repos actif (échauffement des articulations)</p>
<p><b>Situation 1 : PENALTY PING</b></p> 	<p><b>But :</b> attaquer/défendre le but par des tirs en balles roulées. <b>Aménagement :</b> une balle pour 2 élèves, 3 plots pour démarquer les poteaux et la distance de tir au but, de 3-4 mètres. <b>Niveau 3 :</b> le tir de l'attaquant se fait avec la raquette. La parade du gardien se fait avec les pieds ou les mains <b>Critères :</b> réussite pour le tireur si la balle atteint les buts et pour le gardien, s'il réalise une parade par un arrêt ou un renvoi. <b>Consignes :</b> rechercher la position et la technique de frappe pour être précis et rapide dans le tir ou la parade. Chercher à « broser » la balle avec la raquette <b>Variables :</b> distance entre tireur et gardien. Largeur des buts</p>
<p><b>Situation 2 : ESCRIME PING</b></p>	<p><b>But :</b> saisir la balle ou raquette adverse et protéger la sienne dans un espace limité. <b>Aménagement :</b> 1 raquette par élève ; plusieurs espaces de 2m<sup>2</sup> (corde/plots) <b>Critères :</b> réussite si l'adversaire sort de l'espace ou si la raquette tombe ou est saisie <b>Consignes:</b> idem séance précédente <b>Etape 3 :</b> La raquette est maintenue en équilibre sur le dos de la main, saisir celle de l'adversaire, protéger la sienne. Changer de main à mi-temps. Varier l'orientation de la raquette</p>
<p><b>Situation 3 : LUTTE PING</b></p> 	<p><b>But :</b> faire tomber la balle adverse ou mettre l'adversaire hors jeu <b>Aménagement :</b> espace limité de 2/3 m<sup>2</sup> hors duquel il est interdit de poser un pied ; les protagonistes maintiennent chacun une balle entre deux raquettes, une dans chaque main. <b>Critères :</b> le 1er à 5 points remporte le combat ; le point est marqué lorsque la balle adverse tombe au sol ou si l'adversaire franchit la limite. <b>Consignes:</b> ne pas faire mal ; ne pas se laisser faire mal ; déséquilibrer l'adversaire par le contact épaule contre épaule ; utiliser la force adverse pour provoquer des déséquilibres. <b>Variables :</b> nombre d'adversaires ; nombre de balles à coincer entre deux raquettes ; surface de l'espace de jeu ; modalités pour coincer la balle avec la ou les raquettes et/ou différentes parties du corps.</p>
<p><b>La sortie de séance : bilan, retour au calme</b></p> 	<p><b>Le roi des rebonds :</b> Jongler tous en même temps. Dès que le contrôle de balle est perdu, s'allonger sur le dos en posant balle et raquette sur le ventre. Lorsqu'il reste un seul jongleur, celui-ci est nommé roi des rebonds. Il délivre alors les élèves les plus calmes qui, les uns après les autres, rangent leur matériel. Ceux-ci délivrent à leur tour les autres enfants.</p>

Les compétences EPS :  
Univers :  
Compétences transversales :

S'opposer individuellement et/ou collectivement  
Face à face multisports  
patrimoine culturel sportif

**Séance 4/6**

Savoirs à construire : différencier opposition et partenariat ; apprécier différentes distances de duel ;

Objectif : découvrir les trois distances principales d'opposition à un adversaire ; respecter les différentes règles ; s'opposer sans crainte

**L'entrée de séance :**

Echauffement général et spécifique

**Attaque - défense de basket - ping.**

Le défenseur freine l'avancée de l'attaquant en faisant face par des pas chassés. Le défenseur a les mains dans le dos et ne peut toucher l'attaquant. L'attaquant maintient une **balle coincée entre deux raquettes**. La progression se fait dans un couloir long de 10m et large de 2m. Faute si le pied est hors couloir ou si la balle tombe. L'attaquant utilise la vitesse et la ruse dans ses déplacements (feintes) et l'adresse pour contrôler sa balle.

**Situation 1 : PENALTY PING**



**But** : attaquer/défendre le but par des tirs en balles roulées.

**Aménagement** : une balle pour 2 élèves, 3 plots pour démarquer les poteaux et la distance de tir au but, de 3-4 mètres.

**Niveau 4** :

le tir de l'attaquant se fait **avec la raquette**.

La parade du gardien se fait **avec les pieds ou les mains**

**Critères** : réussite pour le tireur si la balle atteint les buts et pour le gardien, s'il réalise une parade par un arrêt ou un renvoi.

**Consignes** : rechercher la position et la technique de frappe pour être précis et rapide dans le tir ou la parade. **Chercher à « brosser » la balle avec la raquette**

**Variables** : distance entre tireur et gardien. Largeur des buts

**Situation 2 : ESCRIME PING**



**But** : saisir la balle ou raquette adverse et protéger la sienne dans un espace limité.

**Aménagement** : 1 raquette par élève ; plusieurs espaces de 2m<sup>2</sup> (corde/plots)

**Critères** : réussite si l'adversaire sort de l'espace ou si sa balle tombe ou est saisie

**Consignes**:

- appuis dynamiques sur l'avant/intérieur du pied et flexion des genoux, prêt à bondir.
  - se déplacer pour attaquer : fente avant pour saisir
  - se déplacer pour défendre sa balle : pas chassés dos à l'adversaire/fente arrière
- Etape 4** : balle cassée sur la raquette, protéger la sienne, saisir celle de l'adversaire

**Situation 3 : LUTTE PING**



**But** : faire tomber la balle adverse ou mettre l'adversaire hors jeu

**Aménagement** : espace limité de 2/3 m<sup>2</sup> hors duquel il est interdit de poser un pied ; les protagonistes maintiennent chacun une balle entre deux raquettes, une dans chaque main.

**Critères** : le 1er à 5 points remporte le combat ; le point est marqué lorsque la balle adverse tombe au sol ou si l'adversaire franchit la limite.

**Consignes**: ne pas faire mal ; ne pas se laisser faire mal ; déséquilibrer l'adversaire par le contact épaule contre épaule ; utiliser la force adverse pour provoquer des déséquilibres.

**Variables** : nombre d'adversaires ; nombre de balles à coincer entre deux raquettes ; surface de l'espace de jeu ; modalités pour coincer la balle avec la ou les raquettes et/ou différentes parties du corps.

**La sortie de séance :** retour au calme



**Le roi des rebonds :**

Jongler tous en même temps. Dès que le contrôle de balle est perdu, s'allonger sur le dos en posant balle et raquette sur le ventre.

Lorsqu'il reste un seul jongleur, celui-ci est nommé roi des rebonds.

Il délivre alors les élèves les plus calmes qui, les uns après les autres, rangent leur matériel. Ceux-ci délivrent à leur tour les autres enfants.





Les compétences EPS :  
Univers :  
Compétences transversales :

S'opposer individuellement et/ou collectivement  
Face à face multisports  
patrimoine culturel sportif

**Séance 5/6**

Savoirs à construire : différencier opposition et partenariat ; apprécier différentes distances de duel ;

Objectif : découvrir les trois distances principales d'opposition à un adversaire ; respecter les différentes règles ; s'opposer sans crainte

<p><b>L'entrée de séance :</b> Echauffement général et spécifique</p>	<p><b>SQUASH - PING</b> <b>But:</b> à deux, renvoyer chacun son tour la balle au mur. <b>Aménagement :</b> balle, craie, une raquette pour un ou deux élèves. <b>Critères :</b> réussite si l'on fait un renvoi de plus que son adversaire. <b>Simplification :</b> pour ralentir le jeu, augmenter la hauteur limite à atteindre au mur par la frappe de balle ou augmenter le nombre de rebonds autorisés au sol ou permettre un contrôle de balle par un jonglage raquette/sol.</p>
<p><b>Situation 1 : PENALTY PING</b></p> 	<p><b>But :</b> attaquer/défendre les buts par des tirs en balles roulées. <b>Aménagement :</b> une balle pour 2 élèves, varier la distance de tir 3-4 mètres pour augmenter ou diminuer la vitesse, 4 plots (2 par zone d'embut) <b>Niveau 5 :</b> les deux adversaires sont à la fois tireurs et gardiens de but, l'arrêt de but est simultanément une action de tir vers le but adverse. La parade du gardien se fait par un renvoi direct et non une saisie de balle. <b>Critères :</b> réussite lorsque la balle atteint les buts adverses. <b>Consignes :</b> rechercher la position et la technique de frappe pour être précis et rapide dans le tir ou la parade. Chercher à « brosser » la balle avec la raquette <b>Variables :</b> distance entre tireur et gardien. Largeur des buts</p>
<p><b>Situation 2 : ESCRIME PING</b></p> 	<p><b>But :</b> saisir la balle ou raquette adverse et protéger la sienne dans un espace limité. <b>Aménagement :</b> raquettes, balles cassées, stylos, autres objets <b>Critères :</b> réussite si saisie ou adversaire hors zone <b>Consignes:</b> - appuis dynamiques sur l'avant/intérieur du pied et flexion des genoux, prêt à bondir. - se déplacer pour attaquer : fente avant pour saisir - se déplacer pour défendre sa balle : pas chassés dos à l'adversaire/fente arrière <b>Evolution :</b> Changer de main /d'objet à tenir en équilibre</p>
<p><b>Situation 3 : LUTTE PING</b></p> 	<p><b>But :</b> faire tomber la balle adverse ou mettre l'adversaire hors jeu <b>Aménagement :</b> espace limité de 2/3 m2 hors duquel il est interdit de poser un pied ; les protagonistes maintiennent chacun une balle entre deux raquettes, une dans chaque main. <b>Critères :</b> le 1er à 5 points remporte le combat ; le point est marqué lorsque la balle adverse tombe au sol ou si l'adversaire franchit la limite. <b>Consignes:</b> ne pas faire mal ; ne pas se laisser faire mal ; déséquilibrer l'adversaire par le contact épaule contre épaule ; utiliser la force adverse pour provoquer des déséquilibres. <b>Variables :</b> nombre d'adversaires ; nombre de balles à coincer entre deux raquettes ; surface de l'espace de jeu ; modalités pour coincer la balle avec la ou les raquettes et ou différentes parties du corps.</p>
<p><b>La sortie de séance :</b> bilan, retour au calme</p> 	<p><b>Le roi des rebonds :</b> Jongler tous en même temps. Dès que le contrôle de balle est perdu, s'allonger sur le dos en posant balle et raquette sur le ventre. Lorsqu'il reste un seul jongleur, celui-ci est nommé roi des rebonds. Il délivre alors les élèves les plus calmes qui, les uns après les autres, rangent leur matériel. Ceux-ci délivrent à leur tour les autres enfants.</p>



Les compétences EPS :  
Univers :  
Compétences transversales :

S'opposer individuellement et/ou collectivement  
Face à face multisports  
patrimoine culturel sportif

**Séance 6/6**

Savoirs à construire : différencier opposition et partenariat ; apprécier différentes distances de duel ;

Objectif : découvrir les trois distances principales d'opposition à un adversaire ; respecter les différentes règles ; s'opposer sans crainte

<p><b>L'entrée de séance :</b> Echauffement général et spécifique</p>	<p><b>SQUASH - PING</b> <b>But :</b> à deux, renvoyer chacun son tour la balle au mur. <b>Aménagement :</b> balle, craie, une raquette pour un ou deux élèves. <b>Critères :</b> réussite si l'on réussit un renvoi de plus que son adversaire. <b>Simplification :</b> pour ralentir le jeu, augmenter la hauteur limite à atteindre au mur par la frappe de balle ou augmenter le nombre de rebonds autorisés au sol ou permettre un contrôle de balle par un jonglage raquette/sol.</p>
<p><b>Situation 1 : PENALTY PING</b></p> 	<p><b>But :</b> attaquer/défendre les buts par des tirs en balles roulées. <b>Aménagement :</b> une balle pour 2 élèves, varier la distance de tir 3-4 mètres pour augmenter ou diminuer la vitesse, 4 plots (2 par zone d'embut) <b>Niveau 6 :</b> adapter les variables par niveau (faciliter la réaction au augmentant la distance de tir ; permettre plus de déplacements en élargissant les buts) <b>Critères :</b> réussite lorsque la balle atteint les buts adverses. <b>Consignes :</b> rechercher la position et la technique de frappe pour être précis et rapide dans le tir ou la parade. Chercher à « brosser » la balle avec la raquette <b>Variables :</b> distance entre tireur et gardien. Largeur des buts</p>
<p><b>Situation 2 : ESCRIME PING</b></p> 	<p><b>But :</b> saisir la balle ou raquette adverse et protéger la sienne dans un espace limité. <b>Aménagement :</b> raquettes, balles cassées, <b>Critères :</b> réussite si raquette adverse saisie ou adversaire hors zone <b>Consignes:</b> - appuis dynamiques sur l'avant/intérieur du pied et flexion des genoux, prêt à bondir. - se déplacer pour attaquer : fente avant pour saisir - se déplacer pour défendre sa balle : pas chassés dos à l'adversaire/fente arrière <b>Etape 6 :</b> choix libre des variantes (objet à saisir, modalités de prise de raquettes)</p>
<p><b>Situation 3 : LUTTE PING</b></p> 	<p><b>But :</b> faire tomber la balle adverse ou mettre l'adversaire hors jeu <b>Aménagement :</b> espace limité de 2/3 m2, hors duquel il est interdit de poser un pied ; les protagonistes maintiennent chacun une balle entre deux raquettes, une dans chaque main. <b>Critères :</b> le 1er à 5 points remporte le combat ; le point est marqué lorsque la balle adverse tombe au sol ou si l'adversaire franchit la limite. <b>Consignes:</b> ne pas faire mal ; ne pas se laisser faire mal ; déséquilibrer l'adversaire par le contact épaule contre épaule ; utiliser la force adverse pour provoquer des déséquilibres. <b>Variables :</b> nombre d'adversaires ; nombre de balles à coincer entre deux raquettes ; surface de l'espace de jeu ; modalités pour coincer la balle avec la ou les raquettes et ou différentes parties du corps.</p>
<p><b>La sortie de séance : bilan, retour au calme</b></p> 	<p><b>Le roi des rebonds :</b> Jongler tous en même temps. Dès que le contrôle de balle est perdu, s'allonger sur le dos en posant balle et raquette sur le ventre. Lorsqu'il reste un seul jongleur, celui-ci est nommé roi des rebonds. Il délivre alors les élèves les plus calmes qui, les uns après les autres, rangent leur matériel. Ceux-ci délivrent à leur tour les autres enfants.</p>