le mime

SÉANCE 9
ATELIER 1

OBJECTIF

- Être capable de reproduire un mouvement.

MATÉRIEL

- Néant

CONSIGNES

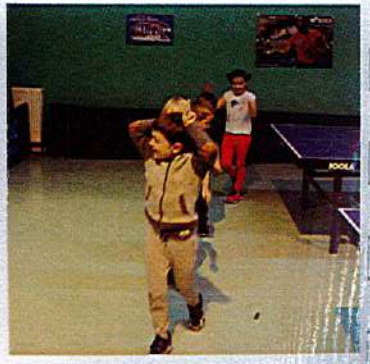
Un enfant se place en tête d'une file indienne et fait des gestes (mains au dessus de la tête, ronds avec les bras, etc.). Les autres enfants reproduisent ce que la personne située juste devant fait. Le jeu se fait en mouvement autour des tables.
Tous les enfants sont chef de file à tour de rôle.

ÊTRE ATTENTIF À

- Ce que l'enfant regarde bien ce qu'il se passe autour de lui.
- La rapidité à laquelle l'enfant reproduit le mouvement.
- L'espace entre les enfants (écartés les uns des autres pour leur sécurité).

C'EST RÉUSSI QUAND

- Le geste est le même entre le premier et le dernier enfant.
- L'enfant réalise le bon mouvement.



attrapez-les tous !

SÉANCE 9
ATELIER 2

OBJECTIF

- Être capable de coordonner la tenue de balle en se déplaçant.

MATÉRIEL

- 1 raquette par enfant
- 1 balle cassée par enfant (ou non cassée avec un gobelet)
- Plots/coupelles (pour délimiter l'espace)

CONSIGNES

Tous les enfants, avec leur raquette (dont le chasseur) sont dans une zone de jeu adaptée et se déplacent avec leur balle cassée (côté pouce ou index). Le chasseur doit toucher le plus d'enfants possible avec la main en 1 minute. Lorsqu'un enfant est touché, il sort de la zone de jeu.
Les enfants non touchés à la fin de la minute marquent un point.
Le chasseur change à chaque partie.

ÊTRE ATTENTIF À

- La prise de raquette (pouce/index).
- La position horizontale de la raquette, à hauteur du ventre.
- La position du bras (coude non collé au corps).

C'EST RÉUSSI QUAND

- L'enfant marque au moins 1 point sur l'ensemble des parties.
- Le chasseur touche au moins 1 enfant à chaque passage.

le saut de haies

SÉANCE 9
ATELIER 3

OBJECTIF

• Être capable de doser son lancer.

MATÉRIEL

• 1 bassine par table
• 10 balles (bicolores ou grosses balles roses) par bassine • 2 plots troués par table
• 1 barre par table • Table(s)

CONSIGNES

L'animateur installe des obstacles de différentes hauteurs (plots + barres) sur 3 ou 4 tables.
L'enfant se place derrière une des tables et réalise un service à la main en faisant passer le cheval (la balle) par-dessus l'obstacle.
L'enfant change de table après 10 balles.

ÊTRE ATTENTIF À

• Ce que l'enfant lance la balle d'arrière en avant et légèrement vers le haut.
• La position de la main (sous la taille).
• L'accélération de l'épaule et avant-bras (pour zones éloignées).

C'EST RÉUSSI QUAND

• L'enfant envoie une balle dans chacune des zones (de la plus proche à la plus lointaine).
• L'enfant envoie la balle dans une des zones au moins 5 fois sur 10 lancers.

le décollage 2

SÉANCE 9
ATELIER 4

OBJECTIF

• Être capable de frapper une balle en revers.

MATÉRIEL

• 1 raquette par enfant
• 1 séparation par enfant
• 1 bassine par enfant
• 10 balles par bassine

CONSIGNES

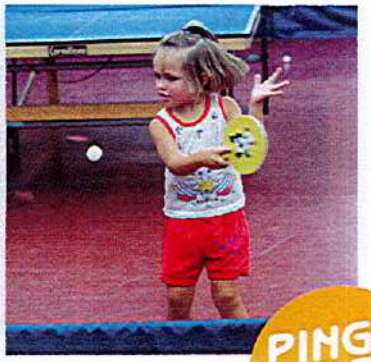
L'enfant lâche une balle devant lui et la frappe côté pouce (coup droit).
La balle doit passer par-dessus une séparation placée à 3 mètres devant lui.
Si l'enfant est en réussite, possibilité de reculer la séparation.

ÊTRE ATTENTIF À

• La prise de raquette (pouce/index).
• Le contact balle/raquette qui se fait à côté de l'enfant.
• L'équilibre de l'enfant sur ses appuis au moment de frapper la balle.
• La position du corps de l'enfant (légèrement de profil par rapport à la séparation).

C'EST RÉUSSI QUAND

• L'enfant touche la balle 6 fois sur 10.
• L'enfant envoie la balle derrière la séparation au moins 4 fois sur 10 essais.



le pont magique

SÉANCE 10 ATELIER 1

OBJECTIF

- Être capable d'équilibrer son poids.

MATÉRIEL

- 1 ou 2 petits ballons en mousse
- 1 bassine

CONSIGNES

Un enfant, jambes écartées, fait passer un petit ballon entre ses jambes et la donne à celui de derrière qui réalise la même chose. Le dernier de la chaîne pose la balle dans une bassine. Les enfants se décalent d'un cran à chaque fois (le dernier passe en premier etc.).
Si les enfants sont en réussite, possibilité d'ajouter un second ballon.

ÊTRE ATTENTIF À

- L'écartement des jambes de l'enfant (ni trop écarté, ni trop serré).
- La préhension au niveau de la balle (serrer la balle sans l'écraser).

C'EST RÉUSSI QUAND

- L'enfant se saisit de la balle sans la faire tomber.
- L'enfant garde les 2 pieds au sol.
- L'enfant parvient à passer la balle dans les mains de l'enfant suivant.
- Les enfants réalisent une chaîne entière sans faire tomber la balle.

1, 2, 3 ping !

SÉANCE 10 ATELIER 2

OBJECTIF

- Être capable de coordonner ses mouvements tout en se déplaçant.

MATÉRIEL

- 1 raquette par enfant
- 1 balle cassée (ou balle sous un gobelet) par enfant

CONSIGNES

Un enfant (le meneur) placé face à un mur, annonce «1, 2, 3 ping». Au même moment les autres enfants, placés à 10-15 mètres, une balle cassée posé sur leur raquette côté pouce (coup droit), avancent en direction du mur. Quand le meneur dit «ping» il se retourne et renvoie au point de départ les enfants non immobiles ou ayant fait tomber leur balle.
Le premier enfant qui touche le mur gagne et remplace le meneur.

ÊTRE ATTENTIF À

- La prise de raquette (pouce/index).
- La position de la raquette à hauteur du ventre.
- La position du bras de l'enfant (coude non collé au corps).

C'EST RÉUSSI QUAND

- L'enfant avance vers le mur sans faire tomber la balle.
- L'enfant bloque ses appuis au moment où le meneur se retourne.

mémoire d'éléphant

SÉANCE 10 ATELIER 3

OBJECTIFS

- Être capable d'accompagner la balle dans une direction définie.
- Être capable de mémoriser les images.

MATÉRIEL

- 1 bassine par jeu d'images
- 20 balles par bassine
- 2 jeux d'images de dessins animés (1 en A4, 1 en A3) de 12 feuilles (6 paires)
- 1 raquette par enfant

CONSIGNES

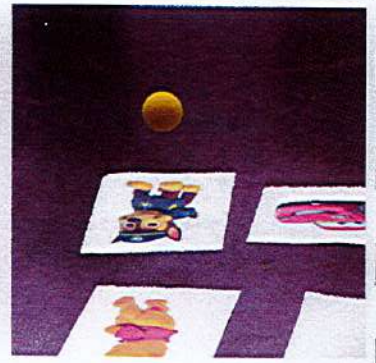
Raquette en main (côté pouce ou index), l'enfant vise des images posées au sol (format A3 ou A4). Les différentes images sont face cachées et en double. L'enfant envoie deux balles successivement en cherchant à viser deux images identiques. S'il y parvient, il gagne la paire.
Si l'enfant est en difficulté, possibilité de réaliser le jeu à la main et/ou avec les images face visible.

ÊTRE ATTENTIF À

- Ce que l'enfant prenne l'information de la zone à viser.
- Ce que l'enfant termine son geste en direction de la cible visée.
- Ce que l'enfant envoie la balle de haut en bas et de l'arrière vers l'avant.

C'EST RÉUSSI QUAND

- L'enfant obtient au moins une paire.
- L'enfant retourne l'ensemble des cartes.



les balles brûlantes

SÉANCE 10 ATELIER 4

OBJECTIF

- Être capable de frapper la balle.

MATÉRIEL

- 1 raquette par enfant
- 15 à 30 balles par camp
- Séparations (nombre selon la taille du terrain)

CONSIGNES

Répartis en deux équipes, les enfants ramassent les balles au sol et les envoient dans le camp adverse en les frappant avec leur raquette. Les camps sont délimités par des séparations.
L'équipe gagnante est celle ayant le moins de balles dans son camp à la fin de la partie (de 30 secondes à 1 minute).
L'animateur peut faire jouer plusieurs manches.

ÊTRE ATTENTIF À

- La prise de raquette (pouce/index).
- Ce que l'enfant frappe la balle de l'arrière vers l'avant.
- Au contact balle/raquette.
- La sécurité des enfants (car gestes amples et brusques).

C'EST RÉUSSI QUAND

- L'enfant envoie au moins 4 balles dans le camp adverse.
- L'enfant frappe les balles avec le côté pouce et le côté index.

la course d'obstacles

SÉANCE 11 ATELIER 1

OBJECTIF

- Être capable de se déplacer latéralement et en profondeur.

MATÉRIEL

- Par parcours : 2 steps, 2 plots, 2 plots troués, 2 jalons, séparations
- 1 chronomètre

CONSIGNES

L'enfant réalise le parcours d'obstacles, composé de mini haies, de steps, de séparations (il fait le tour en pas chassés) et de poteaux (jalons placés verticalement dans les plots) le plus rapidement possible (l'animateur chronomètre le parcours).
Possibilité de réaliser le jeu sous forme de duels en doublant le parcours. le gagnant est celui ayant le plus de points obtenus à l'issue de chaque duel.

ÊTRE ATTENTIF À

- L'impulsion qui doit se faire sur les deux pieds.
- L'accélération de l'enfant au moment de l'impulsion (courir et ne pas marcher).

C'EST RÉUSSI QUAND

- L'enfant réalise le parcours sans s'arrêter.
- L'enfant passe tous les obstacles.

le gardien de but

SÉANCE 11 ATELIER 2

OBJECTIFS

- Être capable de se déplacer latéralement et en profondeur.
- Être capable de se placer par rapport à la balle.

MATÉRIEL

- 1 bassine par table
- 10 balles de différentes tailles par bassine
- Table(s)

CONSIGNES

Un enfant (l'attaquant) lance une balle à la main à la manière d'un service. Son adversaire (le gardien) cherche à attraper dans son but (sa bassine) la balle avant qu'elle ne tombe par terre. La balle ne doit pas sortir par les côtés de la table.
Les rôles sont inversés à la fin des 10 envois. Le gagnant est celui ayant arrêté le plus de buts.
Si les enfants sont en réussite, possibilité d'envoyer les balles directement dans la demi-table du gardien de but.

ÊTRE ATTENTIF À

- La position du panier (en fond de table).
- La distance de l'enfant par rapport à la table (non collé).
- Ce que l'enfant se déplace avant que la balle n'arrive (anticipation).
- Ce que l'enfant soit stable sur les appuis au moment de récupérer la balle.

C'EST RÉUSSI QUAND

- L'enfant arrête au moins 6 buts sur les 10 tirs.
- L'enfant se déplace pour attraper la balle.

le voyageur

SÉANCE 11
ATELIER 3

OBJECTIF

• Être capable d'accompagner la balle dans une direction définie.

MATÉRIEL

• 9 à 12 plots de couleur par table
• 1 bassine par table
• 10 balles par bassine • Table(s)
• 1 raquette par table (si besoin)

CONSIGNES

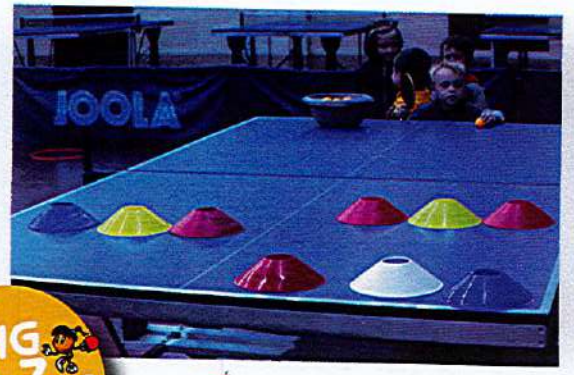
L'enfant envoie une balle à la main (à la manière d'un service) dans son camp pour aller visiter un pays situé sur la demi-table adverse.
Les pays (cibles) sont représentés par leurs drapeaux (par exemple des plots bleu, jaune et rouge pour la Roumanie). Différents jeux de trois plots sont placés à différentes distances.
Un pays est considéré comme visité lorsque l'une des couleurs du drapeau est touchée.
Si l'enfant est en réussite, il annonce le pays qu'il souhaite visiter avant de lancer la balle et/ou de l'envoyer la balle avec sa raquette.

ÊTRE ATTENTIF À

• Ce que l'enfant envoie la balle de haut en bas et de l'arrière vers l'avant.
• Ce que l'enfant termine son geste en direction de la cible visée.

C'EST RÉUSSI QUAND

• L'enfant visite au moins un pays.
• L'enfant touche le drapeau du pays qu'il a choisi.



attention au fossé !

SÉANCE 11
ATELIER 4

PING 4-7 ans

OBJECTIF

• Être capable de frotter la balle vers l'avant.

MATÉRIEL

• 1 raquette par enfant
• 1 bassine par table
• 10 balles par bassine
• 1 séparation par table
• Table(s)

CONSIGNES

Sur une table sans filet, l'enfant frotte la balle côté index (revers) en la faisant rebondir avant de la toucher.
La balle doit passer au dessus du fossé (la séparation) placé à 10 cm derrière le fond de table.
Si l'enfant est en réussite, possibilité de reculer la séparation.

ÊTRE ATTENTIF À

• La prise de raquette (pouce/index).
• L'accélération de l'avant-bras et de la main de l'enfant juste avant l'impact.
• Relâchement de la main de l'enfant.
• Contact balle/raquette qui se fait devant l'enfant.

C'EST RÉUSSI QUAND

• La balle n'est pas sortie sur les côtés de la table.
• L'enfant envoie la balle derrière la séparation au moins 3 fois sur 10.
• La balle tourne sur elle-même (les couleurs se mélangent).

l'étoile magique

SÉANCE 12
ATELIER 1

OBJECTIFS

- Être capable de réagir vite à une information auditive.
- Être capable de se déplacer latéralement.

MATÉRIEL

- 5 coupelles de couleurs différentes par enfant

CONSIGNES

L'enfant se déplace en pas chassés vers la couleur de la coupelle annoncée par l'animateur. Les coupelles sont disposées en étoile avec une coupelle centrale vers laquelle l'enfant vient se replacer entre chaque couleur.

ÊTRE ATTENTIF À

- La posture de l'enfant (ses pieds doivent être parallèles).
- Ce que l'enfant décolle ses deux pieds lors du déplacement.
- Ce que l'enfant bloque ses appuis lors de l'arrivée sur le plot.
- L'impulsion qui doit se faire sur l'avant du pied.

C'EST RÉUSSI QUAND

- L'enfant se déplace en pas chassés.
- L'enfant se déplace vers la bonne couleur.
- L'enfant réussi à toucher au moins une fois toutes les couleurs.

1, 2, 3 pong !

SÉANCE 12
ATELIER 2

OBJECTIF

- Être capable de coordonner la tenue du ballon tout en se déplaçant.

MATÉRIEL

- 1 raquette par enfant
- 1 ballon de baudruche par enfant

CONSIGNES

Un enfant (le meneur) placé face à un mur, annonce «1,2,3 pong». Au même moment les autres enfants, placés à 8-10 mètres, un ballon de baudruche posée sur leur raquette côté index (revers), avancent en direction du mur. Quand le meneur dit «pong», il se retourne et renvoie au point de départ les enfants non immobiles ou ayant fait tomber leur ballon.
Le premier enfant qui touche le mur gagne et remplace le meneur.

ÊTRE ATTENTIF À

- La prise de raquette (pouce/index).
- La position de la raquette à hauteur du ventre.
- La position du bras de l'enfant (coude non collé au corps).

C'EST RÉUSSI QUAND

- L'enfant avance vers le mur sans faire tomber le ballon.
- L'enfant bloque ses appuis au moment où le meneur se retourne.

le crash test 2

SÉANCE 12
ATELIER 3

OBJECTIFS

- Être capable de jouer plus ou moins fort.
- Être capable de diriger son mouvement.

MATÉRIEL

- 1 raquette par enfant
- 7 gobelets par table
- 1 bassine par table
- 10 balles par bassine
- Table(s) sans filet

CONSIGNES

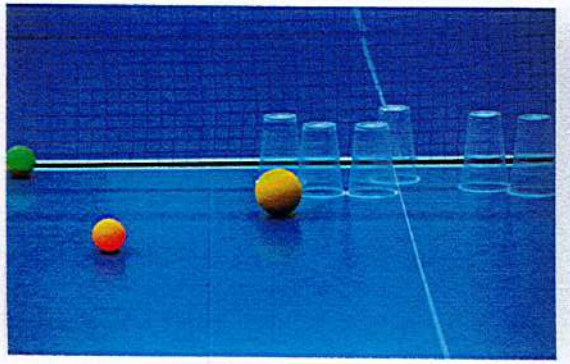
L'animateur installe des murs (lignes de gobelets) à différentes distances sur trois ou quatre tables sans filet.
L'enfant fait rouler sa voiture (balle) avec sa raquette côté pouce (coup droit) et côté index (revers) jusqu'à la ligne de gobelets (le mur).
Ces derniers doivent être touchés mais ne pas tomber.
L'enfant change de table après 10 balles.

ÊTRE ATTENTIF À

- La prise de raquette (pouce/index).
- Ce que l'enfant joue la balle d'arrière en avant.
- Contact balle/raquette qui se fait devant l'enfant.
- La force de la frappe (ni trop fort, ni pas assez).

C'EST RÉUSSI QUAND

- L'enfant fait tomber au moins 3 gobelets en jouant en coup droit et en revers sur les 10 balles.
- L'enfant ne fait pas sortir les balles de la table.



le bon choix

SÉANCE 12
ATELIER 4

OBJECTIF

- Être capable de se placer en fonction du coup à jouer.

MATÉRIEL

- 1 raquette par enfant
- 1 bassine par table
- 10 balles de couleur blanche et 10 de couleur orange par bassine • Table(s) sans filet

CONSIGNES

Sur une table sans filet, l'enfant frappe côté index (revers) les balles blanches et côté pouce (coup droit) les balles orange que l'animateur lui envoie en les faisant rouler.
Les balles arrivent de manière aléatoire sur toute la table.
L'enfant doit se replacer au milieu de la table entre chaque coup.
Si l'enfant est en réussite, possibilité de faire le jeu avec une balle qui rebondit (environ 10 cm) et/ou sur une table avec filet.

ÊTRE ATTENTIF À

- La prise de raquette (pouce/index).
- La position du corps de l'enfant (légèrement de profil) en coup droit.
- Contact balle/raquette qui se fait devant l'enfant en revers.

C'EST RÉUSSI QUAND

- L'enfant joue le bon coup par rapport à la couleur de balle envoyée, au moins 10 balles sur 20.
- L'enfant touche au moins 15 balles sur 20.

la route

SÉANCE 13
ATELIER 1

OBJECTIFS

- Être capable de prendre des repères visuels et se déplacer.
- Être capable de changer de direction.

MATÉRIEL

- Une dizaine de plots (pour les ronds points).
- 4 à 6 cordes pour délimiter la largeur de la route.
- 4 à 8 lattes (pour les passages piétons).
- 10 à 15 flèches sur du papier pour indiquer le sens.

CONSIGNES

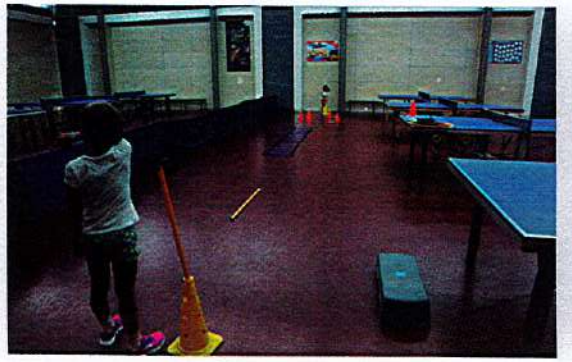
L'enfant réalise un parcours où il traverse un passage piétons (des lattes), tourne au rond-point (autour des coupelles), suit le sens de la route indiqué par les flèches, en marchant ou en courant.
L'animateur peut doubler le parcours pour que les enfants se croisent dans les deux sens (comme sur une vraie route).

ÊTRE ATTENTIF À

- La façon dont l'enfant se déplace (en allant tout droit).
- La prise d'appui de l'enfant (sur l'avant des pieds).

C'EST RÉUSSI QUAND

- L'enfant suit le parcours dans le bon sens.
- L'enfant ne s'arrête pas au milieu du parcours.



la course aux œufs

SÉANCE 13
ATELIER 2

OBJECTIF

- Être capable de contrôler la balle tout en se déplaçant.

MATÉRIEL

- 1 raquette par enfant
- 3 balles cassées par équipe
- 2 bassines par équipe
- Une dizaine de coupelles (pour le parcours)
- Une dizaine de plots (pour le parcours)

CONSIGNES

Les enfants font un relais par équipes. L'objectif est de ramener le plus d'œufs (balles cassées) dans sa bassine. Chaque équipe a son parcours (slaloms, obstacles, etc.) et chaque enfant est placé à différents endroits de celui-ci. Au «top» de l'animateur, le premier enfant pose une balle cassée sur sa raquette et la passe à son partenaire et ainsi de suite.
Lorsque l'enfant a passé le relais, il revient à sa position initiale.
Quand le dernier enfant de l'équipe pose la balle dans le panier (la bassine), le premier peut en reprendre une autre. La première équipe amenant 3 balles dans son panier gagne.

ÊTRE ATTENTIF À

- La prise de raquette (pouce/index).
- La position horizontale de la raquette.
- La position de la raquette à hauteur du ventre.

C'EST RÉUSSI QUAND

- L'enfant ne fait pas tomber sa balle dans sa zone de parcours.

le curling 2

SÉANCE 13
ATELIER 3

OBJECTIFS

- Être capable de jouer plus ou moins fort.
- Être capable de diriger son mouvement.

MATÉRIEL

- 1 raquette par enfant • 1 bassine
- Une dizaine de balles en mousse, grosses balles roses, balles bicolores
- Feuilles de papier de différentes couleurs (pour réaliser la cible)

CONSIGNES

En dehors de la table, l'enfant se place derrière une corde et fait rouler une balle au sol avec sa raquette, alternativement côté pouce (coup droit) ou côté index (revers), vers une cible géante placée au sol.
Chaque couleur correspond à un nombre de points (bleu : 3, rouge : 5, jaune : 7, etc.)
Possibilité de réaliser le jeu sous forme de duel : chaque enfant dispose de 5 balles pour marquer le plus de points possible, celui en marquant le plus gagne la partie.

ÊTRE ATTENTIF À

- La prise de raquette (pouce/index).
- Ce que l'enfant fasse rouler la balle d'arrière en avant.
- La fin du geste de l'enfant qui doit être en direction de la cible.

C'EST RÉUSSI QUAND

- La balle de l'enfant s'arrête au moins 1 fois sur 5 dans la cible.
- L'enfant marque des points avec le côté pouce et le côté index.

ça tourne !

SÉANCE 13
ATELIER 4

OBJECTIF

- Être capable de frotter un objet vers l'avant.

MATÉRIEL

- 1 raquette par enfant
- 1 cerceau par enfant
- 2 plots

CONSIGNES

En partant du plot de départ, l'enfant fait avancer son cerceau à l'aide de sa raquette en le guidant jusqu'au plot d'arrivée (situé à environ 3 mètres du plot de départ). L'enfant doit garder au maximum le contact entre le cerceau et la raquette (action de «frotter»).

ÊTRE ATTENTIF À

- La prise de raquette (pouce/index).
- Placement de la main qui doit être au dessus du cerceau.
- Relâchement du bras, de l'avant-bras et du poignet de l'enfant.

C'EST RÉUSSI QUAND

- L'enfant atteint la ligne d'arrivée au moins 3 fois sur 10 essais.
- L'enfant emmène son cerceau jusqu'au plot d'arrivée sans le faire tomber.

la marelle

SÉANCE 14
ATELIER 1

OBJECTIFS

- Être capable de sauter à cloche-pied en gardant l'équilibre.
- Être capable de compter correctement.

MATÉRIEL

- 7 cerceaux par marelle
- Une image par marelle représentant le ciel

CONSIGNES

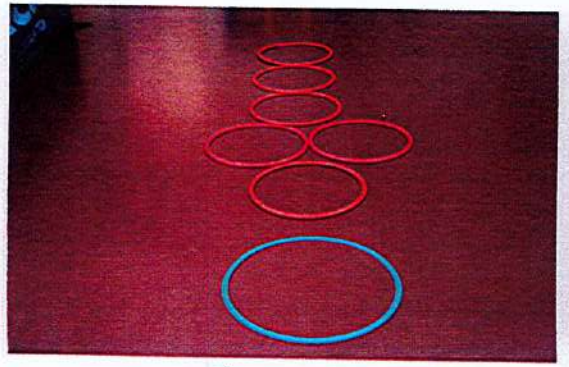
L'enfant se déplace dans la marelle à cloche-pied en faisant un saut dans le premier cerceau, deux sauts dans le deuxième, trois sauts dans le troisième, etc., et finit en sautant dans le «ciel».
Si l'enfant est en réussite, possibilité de réaliser le parcours en sautant uniquement sur le pied droit ou uniquement sur le pied gauche.

ÊTRE ATTENTIF À

- L'équilibre de l'enfant.
- La prise d'appui de l'enfant (sur l'avant des pieds).

C'EST RÉUSSI QUAND

- L'enfant réalise le bon nombre de sauts dans chaque cerceau.
- L'enfant parcourt toute la marelle sans rater un cerceau.
- L'enfant garde son équilibre et ne repose pas le pied au sol durant toute la marelle.



le jongleur 2

SÉANCE 14
ATELIER 2

OBJECTIF

- Être capable de contrôler un objet tout en lui imprimant une impulsion verticale.

MATÉRIEL

- 1 raquette par enfant
- 1 ballon de baudruche par enfant

CONSIGNES

Sans se déplacer, l'enfant effectue avec sa raquette le plus de jonglages possible avec un ballon de baudruche côté index (revers), sans que celui-ci ne touche le sol.
Si l'enfant est en réussite, l'animateur peut lui demander de réaliser des rebonds plus ou moins hauts.

ÊTRE ATTENTIF À

- La prise de raquette (pouce/index).
- La position horizontale de la raquette, à hauteur du ventre.
- La position du bras (coude non collé au corps).

C'EST RÉUSSI QUAND

- L'enfant réalise plus de 5 jonglages à la suite.

le jokari 2

SÉANCE 14
ATELIER 3

OBJECTIFS

- Être capable de doser en fonction du placement de son partenaire.
- Être capable de se placer en fonction de la vitesse de la balle.

MATÉRIEL

- 1 raquette par binôme
- 1 balle (en mousse ou bicolore) par binôme

CONSIGNES

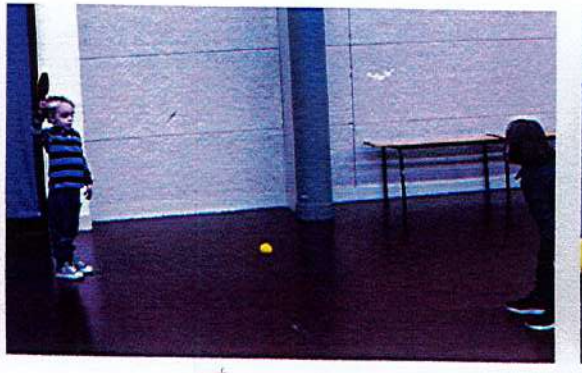
En dehors de la table, deux enfants sont face à face, à environ 3 mètres. Un enfant envoie une balle à la main, de façon plus ou moins forte, vers son partenaire. Celui-ci la renvoie avec sa raquette, alternativement côté pouce (coup droit) et côté index (revers) en ne laissant qu'un seul rebond au sol.
Les enfants inversent les rôles tous les 5 lancers.

ÊTRE ATTENTIF À

- La prise de raquette (pouce/index).
- Placement du corps de l'enfant par rapport à la balle (face en revers, de profil en coup droit).
- Ce que l'enfant lance la balle d'arrière en avant.

C'EST RÉUSSI QUAND

- L'enfant envoie la balle en direction de son partenaire.
- L'enfant touche la balle au moins 3 fois sur 5.
- L'enfant touche la balle côté pouce et côté index.
- L'enfant se place correctement en fonction de la balle.



la guerre des goals

SÉANCE 14
ATELIER 4

OBJECTIF

- Être capable d'accompagner la balle dans une direction définie.

MATÉRIEL

- 1 raquette par enfant
- 1 bassine par enfant
- 5 balles par bassine
- Une dizaine de coupelles de différentes couleurs

CONSIGNES

L'enfant, à genoux, pousse une balle avec sa raquette côté pouce (coup droit) vers un des buts délimités par deux coupelles de couleur sur le sol. Les buts sont de différentes tailles, couleurs et placés à différentes distances.
Après 5 minutes, l'enfant réalise le même jeu côté index (revers).
Possibilité de réaliser ce jeu sous forme de duel, l'enfant gagnant étant celui ayant marqué le plus de buts.

ÊTRE ATTENTIF À

- Être capable d'accompagner la balle dans une direction définie.

C'EST RÉUSSI QUAND

- L'enfant parvient à placer sa balle dans au moins 2 buts différents côté pouce et index.
- L'enfant marque au moins 2 buts sur 5 tentatives.

le calendrier de l'avent

SÉANCE 15
ATELIER 1

OBJECTIF

• Être capable de sauter à pieds joints
Etre capable de lire les chiffres/nombres et/ou de différencier les couleurs.

MATÉRIEL

• 24 feuilles de papier numérotées de 1 à 24 (de couleurs différentes) et collées au sol
• Une image de Père Noël par enfant

CONSIGNES

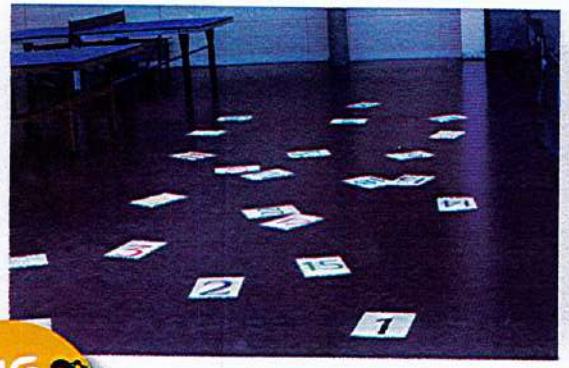
L'enfant saute à pieds joints de cases en cases numérotées (de 1 à 24) jusqu'au Père Noël. Les cases sont placées comme un chemin qui déambule.
L'animateur aide les enfants en annonçant la couleur du chiffre/nombre sur lequel il doit sauter (les chiffres qui se suivent sont de couleurs différentes).
Lorsque l'enfant arrive au Père Noël, il gagne son image.

ÊTRE ATTENTIF À

• L'impulsion qui doit être prise sur les deux pieds de l'enfant.
• La prise d'appui de l'enfant (sur l'avant des pieds).
• Fixer avec du scotch les cases au sol afin que les enfants ne glissent pas.

C'EST RÉUSSI QUAND

• L'enfant ne se trompe de case.
• L'enfant saute bien à pieds joints (et non un pied après l'autre).



le béret 2

SÉANCE 15
ATELIER 2

OBJECTIF

• Être capable de contrôler un objet tout en se déplaçant.

MATÉRIEL

• 1 raquette par enfant
• 1 ballon de baudruche par enfant
• 1 foulard
• 2 cordes ou scotch de peintre (pour délimiter les camps)

CONSIGNES

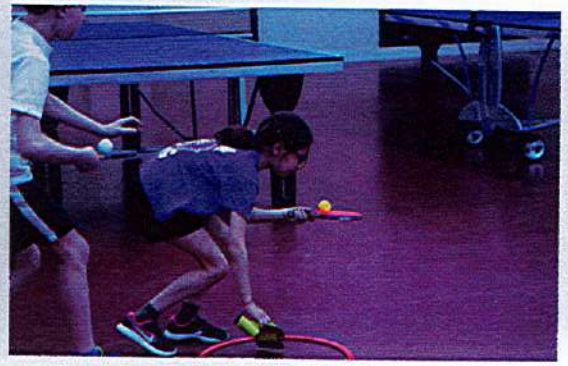
Un numéro (de 1 à X) est attribué à chaque enfant. Quand il entend son numéro, il doit récupérer le foulard en gardant son ballon sur sa raquette côté index (revers) puis revenir dans son camp sans se faire toucher. Sinon, c'est son adversaire qui apporte 1 point à son équipe.
Quand un enfant fait tomber son ballon, il repart de l'endroit où il l'a fait tomber.
Une fois que chaque joueur est passé 2 fois, la partie s'arrête. Possibilité de réaliser plusieurs parties.

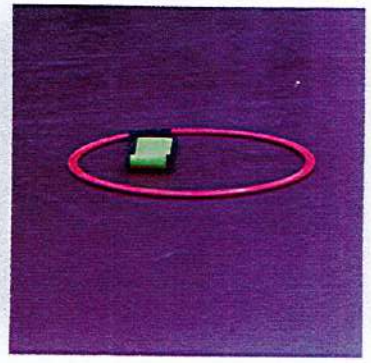
ÊTRE ATTENTIF À

• La prise de raquette (pouce/index).
• La position horizontale de la raquette, à hauteur du ventre.
• La position du bras (coude non collé au corps).

C'EST RÉUSSI QUAND

• L'enfant ne fait pas tomber son ballon plus de 2 fois, y compris quand il attrape le foulard.
• L'enfant attrape au moins une fois le foulard.





l'aéroport

SÉANCE 15
ATELIER 3

OBJECTIFS

- Être capable d'adapter sa force.
- Être capable de diriger sa balle.

MATÉRIEL

- 5 balles de différentes tailles par table (bicolores en mousse, grosses balles roses)
- Bassines de différentes tailles et hauteurs • Table(s)

CONSIGNES

L'enfant fait rebondir un avion (la balle) à la main à la manière d'un service pour qu'elle atterrisse dans un des aéroports (les bassines) situés sur la demi-table adverse. Les aéroports sont de différentes tailles et hauteurs. Possibilité de mettre des serviettes en papier pour amortir la balle au fond des bassines.

ÊTRE ATTENTIF À

- Ce que l'enfant lance la balle de haut en bas et de l'arrière vers l'avant.
- Ce que l'enfant ne serve pas au-dessus de la table.
- Ce que l'enfant termine son geste en direction de la cible visée.

C'EST RÉUSSI QUAND

- L'enfant effectue un rebond sur chaque demi-table.
- L'enfant envoie au moins 1 balle sur 5 dans une bassine.

les ricochets

SÉANCE 15
ATELIER 4

OBJECTIF

- Être capable de frapper fort en coup droit.

MATÉRIEL

- 1 raquette par enfant
- 1 bassine avec 10 balles
- 2 tables

CONSIGNES

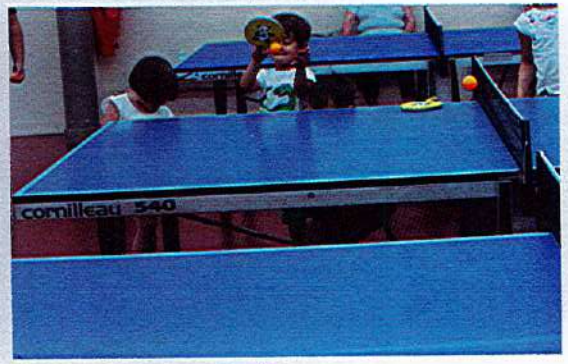
Deux tables sont placées côte à côte avec un écart de 2 mètres. L'enfant se place dans la largeur de la table (près du filet) et frappe fort la balle côté pouce (coup droit) vers la première table pour qu'elle rebondisse sur la suivante. Si l'enfant est en réussite, possibilité d'ajouter une troisième table.

ÊTRE ATTENTIF À

- La prise de raquette (pouce/index).
- Contact balle/raquette qui se fait à côté de l'enfant.
- L'équilibre de l'enfant sur les appuis au moment de frapper la balle.
- La position du corps de l'enfant (légèrement de profil).

C'EST RÉUSSI QUAND

- L'enfant fait rebondir la balle sur les deux tables au moins 5 fois sur 10 tentatives
- L'enfant touche la première table au moins 8 fois sur 10 tentatives.



la bombe

SÉANCE 16
ATELIER 1

OBJECTIF

- Être capable de réagir rapidement.

MATÉRIEL

- 1 petit ballon en mousse
- 1 objet pour le signal sonore (sifflet, alarme ou musique sur téléphone, etc.)

CONSIGNES

Placés en ronde, les enfants se lancent un petit ballon en mousse les uns aux autres (à qui ils souhaitent) mais ne doivent pas l'avoir dans les mains au moment du signal sonore donné par l'animateur.
L'enfant ayant le ballon au moment du signal prend 1 point de pénalité.
Le gagnant est celui ayant le moins de points.
Possibilité de réaliser le jeu avec des éliminations, celui qui a le ballon dans la main au moment du signal étant éliminé.

ÊTRE ATTENTIF À

- La préhension du ballon (l'enfant serre la balle au moment de l'attraper).
- La mobilité de l'enfant (ajustement pour attraper la balle).

C'EST RÉUSSI QUAND

- L'enfant envoie le ballon en moins de 3 secondes.
- L'enfant ne fait pas tomber le ballon par terre.
- L'enfant envoie le ballon au moins une fois.

qui va à la chasse... 2

SÉANCE 16
ATELIER 2

OBJECTIF

- Être capable de coordonner la tenue d'un objet en se déplaçant.

MATÉRIEL

- 1 raquette par enfant.
- Cerceaux ou tapis (un de moins que les enfants).
- 1 balle cassée par enfant.

CONSIGNES

L'ensemble des enfants marche librement dans un espace en tentant de garder leur balle cassée sur leur raquette (côté pouce ou index). Dans l'espace sont disposés des cerceaux ou des tapis (un de moins que le nombre d'enfants). Au signal de l'animateur, chaque enfant va s'asseoir dans un cerceau ou tapis libre. Celui qui n'est pas assis marque un point de pénalité puis la partie reprend. En fin de jeu, l'enfant ayant le moins de points de pénalité gagne. Les enfants ne peuvent pas s'asseoir si la balle n'est pas sur leur raquette.

ÊTRE ATTENTIF À

- La prise de raquette (pouce/index).
- La position horizontale de la raquette, à hauteur du ventre.
- La position du bras (coude non collé au corps).

C'EST RÉUSSI QUAND

- L'enfant ne fait pas tomber la balle, y compris quand il s'assoit.
- Chaque enfant s'assoit au moins 2 fois.

le curling 3

SÉANCE 16
ATELIER 3

OBJECTIFS

- Être capable de jouer doucement.
- Être capable de diriger son mouvement

MATÉRIEL

- 1 raquette par enfant • 1 bassine
- Une dizaine de balles (bicolores, en mousse, grosses balles roses)
- Feuilles de papier de différentes couleurs (pour réaliser la cible) • Table(s)

CONSIGNES

L'enfant se place derrière une table sans filet et fait rouler une balle avec sa raquette côté pouce (coup droit) ou côté index (revers), en visant une cible géante posée à l'extrémité de la table.
Chaque couleur correspond à un nombre de points (bleu : 3, rouge : 5, jaune : 7, etc.)
Possibilité de réaliser le jeu sous forme de duel : chaque enfant dispose de 5 balles pour marquer le plus de points possible, celui en marquant le plus gagne la partie.

ÊTRE ATTENTIF À

- La prise de raquette (pouce/index).
- Ce que l'enfant fasse rouler la balle d'arrière en avant.
- La fin du geste de l'enfant qui doit être en direction de la cible.

C'EST RÉUSSI QUAND

- La balle de l'enfant s'arrête au moins 1 fois sur 5 dans la cible.
- Au moins 3 fois sur 5, la balle ne sort pas de la table
- L'enfant marque des points avec le côté pouce et le côté index.

attention au fossé 2

SÉANCE 16
ATELIER 4

OBJECTIF

- Être capable de frotter la balle vers l'avant.

MATÉRIEL

- 1 raquette par enfant
- 1 bassine par table
- 10 balles bicolores par bassine
- 1 séparation par table • Table(s)

CONSIGNES

Sur une table sans filet, l'enfant frotte la balle côté pouce (coup droit) en la faisant rebondir avant de la toucher.
La balle doit passer au dessus du fossé (la séparation) placé à 10 centimètres de la table.
Si l'enfant est en réussite, possibilité de reculer la séparation.

ÊTRE ATTENTIF À

- La prise de raquette (pouce/index).
- L'accélération de l'avant-bras et de la main de l'enfant juste avant l'impact.
- Relâchement de la main de l'enfant
Contact balle/raquette qui se fait à côté de l'enfant.

C'EST RÉUSSI QUAND

- La balle ne sort pas sur les côtés de la table.
- L'enfant envoie la balle derrière la séparation au moins 3 fois sur 10.
- La balle tourne sur elle-même (les couleurs se mélangent).