

## **Atelier 1 : Garder son but (le gardien de but)**

*Matériel : 2 cerceaux – une raquette – cinq volants*

### **Déroulement :**

Un élève est placé derrière deux cerceaux avec une raquette à la main.

Un lanceur lui envoie des volants (à gauche ou à droite) du haut vers le bas. L'élève doit défendre son but (2 cerceaux) en relançant les volants (main basse). Les autres élèves sont placés en file indienne et attendent leur tour. Prévoir un ramasseur à la fin de chaque passage.

**But :** Ne pas encaisser de but en relevant correctement le volant.

**Comptage :** Un point par but non encaissé (5 points maximum)

## **Atelier 2 : Frapper main haute (la mitrailleuse main haute)**

*Matériel : un trait sur le mur à 1,2m de hauteur – une raquette - cinq volants*

### **Déroulement :**

Les élèves sont placés en file indienne et jouent à tour de rôle.

Se placer en face de l'enfant et lancer les volants un par un de bas en haut (5 volants).

**But :** Frapper le volant avec une raquette pour viser au-dessus de la ligne. Frapper le volant le plus fort possible

**Comptage :** Un point par volant envoyé correctement au-dessus de la ligne (5 points maximum)

## **Atelier 3 : Jongler (les jongles)**

*Matériel : raquettes et volants*

### **Déroulement :**

Les élèves se munissent d'une raquette et d'un volant.

Dans un premier temps, ils s'entraînent à jongler (le volant doit rebondir plusieurs fois dans le tamis de la raquette sans tomber au sol). Sans déplacement, jonglage simple puis raquette recto/verso (le volant rebondit sur un côté du tamis de la raquette puis sur l'autre côté. Pour se faire l'élève fait tourner le manche de sa raquette dans sa main et fait pivoter le tamis de sa raquette). Les élèves s'entraînent puis comptage des points.

**But :** L'élève qui ne fait pas tomber le volant remporte des points.

### **Comptage :**

2 jonglages : 1point ; 3 jonglages : 2 points ; 4 jonglages : 3 points ; 5 jonglages : 4 points ;

Plus de 5 jonglages : 5 points

## **Atelier 4 : Renvoyer au-dessus du filet dans le terrain adverse**

*Matériel : 2 raquettes – 10 volants*

### **Déroulement :**

Les élèves sont placés en file indienne.

Le premier de l'équipe a une raquette. Un élève lui lance ses cinq volants, l'un après l'autre. L'élève devra renvoyer (en main basse) le volant au-dessus du filet afin qu'il retombe de **l'autre côté du filet**.

Laisser un temps d'entraînement avant de compter les points.

**But :** Mettre le plus possible de volants de **l'autre côté du filet**.

**Comptage :** 5 points au maximum pour chaque élève

## **Atelier 5 : Echanger 1 contre 1**

*Matériel : 4 raquettes – 4 volants – 10 cônes*

### **Déroulement :**

Sur une surface délimitée de jeu (4mx3m), les élèves **essayent de poursuivre un échange avec un volant** Engagement (service main basse).

Pas de filet ni de hauteur de fil à franchir, uniquement respecter les limites de la surface de jeu.

**But :** faire le plus grand nombre d'échanges

## **Ateliers en autonomie : (A1) Parcours de motricité**

Matériel : cordes à sauter – échelle de motricité – lattes – cônes – haies – volants – banc – cerceaux – raquettes - balles

### **Déroulement :**

Les élèves sont placés en file indienne et effectuent le parcours de motricité.

### **Parcours :**

Chaque élève fait le parcours autant de fois qu'il le souhaite.

Schéma du parcours (voir document joint).

**But** : réaliser les ateliers qui composent le parcours

## **Ateliers en autonomie : (A2) Manipulation de raquettes-projectiles**

Matériel : raquettes de badminton, de tennis de table – de tennis – volants – ballons de baudruche – balles de tennis et de tennis de table - grosse balle

### **Déroulement :**

Les élèves manipulent le matériel à leur guise.

Ils ont la possibilité d'utiliser une raquette avec le projectile de leur choix.

Par exemple, raquette de badminton avec un ballon de baudruche.

**But** : essayer, tester, ressentir différemment