

<http://ec-la-ferte-beauharnais.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/spip.php?article1381>



Séance n°2

- Archives - Archives 2017-2018 - Le coin des élèves - Nos activités sportives - Cycle Tennis -



Date de mise en ligne : mercredi 15 novembre 2017

Copyright © Ecole des 3 Merlettes - Tous droits réservés

Mardi 14 novembre : 2ème séance de tennis.

Après l'échauffement rituel, les élèves ont réalisé divers exercices :

- avec les balles rouges et par deux, les enfants se renvoient successivement la balle afin d'apprendre à maîtriser les trajectoires.

- avec les balles violettes, même principe. Exercice un peu plus difficile car les balles sont plus grosses et moins faciles à prendre.

- Par équipe, les enfants doivent faire tomber les plots et boîtes de balles. L'objectif est bien sûr d'apprendre à bien adapter son geste pour viser au bon endroit.

- Ensuite, échange de balles violettes avec la raquette. L'un envoie la balle à la main, l'autre doit la renvoyer en coup droit avec la raquette.

- Reprise de l'exercice avec les plots et les boîtes de balles. Plus difficile puisque cette fois-ci, c'est avec la raquette que les enfants doivent faire tomber les objets.

Les enfants apprécient beaucoup ces séances.