

JEUX DE RAQUETTES

JEUX DE BALLE

Organisation :

- Une balle par enfant
- Les enfants sont dispersés dans l'espace de jeu
- Faire une dizaine d'essais pour chaque consigne

Consignes :

- Laisser la balle rebondir et la rattraper à 2 mains
- Laisser la balle rebondir et la rattraper avec la main forte (droite pour les droitiers / gauche pour les gauchers)
- Laisser la balle rebondir et la rattraper avec la main faible (droite pour les gauchers / gauche pour les droitiers)
- Frapper la balle de façon à la faire rebondir plusieurs fois successivement (avec la main droite / avec la main gauche / en alternant)
- Lancer fort la balle au sol avec la main droite / avec la main gauche

COURSE DES GARÇONS DE CAFÉ

Organisation :

Des vagues de 7 enfants.

- 7 raquettes et 7 balles.
- 2 lignes de plots distantes de 10 m (ligne de départ et ligne de raquettes).

But du jeu :

- Ramener le plus vite possible la balle posée sur la raquette au point de départ.

Consigne :

- La première vague d'enfants se place sur la ligne de départ.
- Au signal, ils partent en courant chercher une raquette et une balle à 10m. (Ligne de raquettes)
- Les enfants reviennent en direction de la ligne de départ la balle posée sur la raquette.
- La raquette (balle posée sur la raquette) est transmise à la seconde vague d'enfants.
- Ils déposent la raquette et la balle à la ligne de raquettes avant de revenir en courant vers la ligne de départ.

Critères de réussite :

- Garder la balle sur sa raquette tout en se déplaçant le plus rapidement possible.

Variantes :

- Faire rouler la balle.
- Faire rebondir la balle.
- Positions de départ différentes : assis, de dos...