

Structure d'un exercice

- Pendant que les enfants ramassent les balles et/ou le matériel de l'exercice qui vient de se terminer, on installe le matériel pour l'exercice suivant
- Proposer ce ramassage comme un jeu, pour qu'il ne soit pas rébarbatif, et qu'il soit rapide : décompte de temps, concours de l'enfant qui en ramasse le plus, jeu du gage à celui qui en a le moins, concours entre le prof et les élèves (je gagne si vous mettez plus de 30 secondes à ramasser, sinon c'est vous qui gagnez...)
- On rassemble les enfants de telle sorte qu'ils ne puissent pas regarder jouer les copains des autres groupes (sinon ils ne vous écouteront pas) mais soient bien placés pour voir le nouvel espace de jeu et une éventuelle démonstration. Attention lors des rassemblements à ce qu'ils posent raquettes (danger) et balles (déconcentration). On peut présenter un rapide bilan de l'exercice précédent
- On annonce le but de l'exercice (par exemple « renvoyer la balle en revers vers la zone bleue »), on précise la consigne technique (par exemple orienter tôt les épaules, ou bien frapper la balle avec le dos de la main...), on énonce les différents rôles en montrant leur emplacement du doigt, puis si possible on fait (ou fait faire) une démonstration où l'on insiste sur les différents points clés (« attention, le lanceur doit bien lancer la balle par le bas et non pas par le haut. Le joueur doit faire comme ça, en démarrant de cette ligne jaune et en visant la zone verte là-bas. Le ramasseur reste ABSOLUMENT dans cette zone délimitée par la ligne orange, et attention, s'il la dépasse ça peut être vraiment dangereux... »)
- Puis on explique les rotations : « quand le lanceur a lancé (correctement) ses 10 balles, la rotation se déclenche : le lanceur passe joueur, le joueur passe ramasseur, le ramasseur passe lanceur »
- Puis bien sûr on lance l'exo en donnant son rôle initial à chacun. Une fois l'exo démarré, on veille tout d'abord aux consignes de sécurité, puis à la qualité du lancer (sans quoi rien ne peut se faire) et enfin on peut se concentrer sur les joueurs. On dynamise, on encourage, on fait respecter les consignes (de sécurité, mais aussi les consignes techniques si elles ne sont pas mises en place)
- Puis on aide à la rotation.

La sécurité

Le vrai danger pour les enfants, c'est la raquette des copains, ou éventuellement une balle lancée fort à faible distance (mais ça ne doit pas arriver : si la situation l'exige, on utilise des balles mousse)

- Espaces de jeu stricts (si la balle que l'on reçoit n'est pas dans l'espace de jeu, on ne la joue pas), délimités si possible par des élastiques
- Zones de ramassage de balle bien délimitées (interdiction absolue de ramasser une balle qui ne serait pas dans cette zone)
- Zones d'attente claires (si un joueur doit attendre qu'un copain ait joué pour aller prendre sa place, il doit savoir où attendre et à partir de quel moment se déplacer)
- Pour un travail de volée ou de smash où le lanceur (de par la taille et le niveau des enfants) est très proche du joueur, utiliser obligatoirement des balles en mousse

Tout enfant qui transgresse les règles de sécurité doit être immédiatement recadré, quitte à arrêter le jeu dans son ensemble.

Rôles et rotations possibles, les groupes de travail à 3 sont intéressants

- o Lanceur/joueur/ramasseur
- o Lanceur/joueur/joueur en attente
- o Lanceur/joueur/arbitre
- o Joueur/joueur/ramasseur
- o Joueur/joueur/joueur en attente
- o Joueur/joueur/arbitre
- o L'arbitre peut annoncer les balles fautes et le score, mais aussi le nombre de balles envoyées par le joueur dans la bonne zone, ou bien si le joueur effectue correctement sa frappe en revers par exemple ou au-dessus de la tête au service, ou encore s'il se replace à chaque fois sur sa zone de remplacement etc.
- o Les rotations s'organisent au sein de ces trio, pour un nombre de balles données (pouvant être le nb de balles envoyées par le lanceur, le nb de balles effectivement reçues par le joueur, le nb de réussites...)
- o Il est important de placer le lanceur et le joueur en partenaires, en précisant que si le joueur envoie la balle dans la zone (par exemple), c'est le duo lanceur/joueur qui gagne 1 point
- o Si les espaces de jeu sont suffisants (en taille et en nombre), on peut avantageusement passer sur du travail en binôme lanceur/joueur ou joueur/joueur.
- o Un bon jeu doit durer de 8 à 12 minutes, chaque enfant ayant joué un des rôles 1 ou 2 fois (équité entre les enfants au niveau du volume de jeu)

Adaptations et évolutions possibles des exos

Il faudrait que les enfants puissent s'auto-évaluer sur chaque exercice, et qu'ils aient un taux de réussite entre 3/10 et 7/10. En deça ils se découragent, au-delà ils se désintéressent.

Afin de rester dans cette fourchette, vous pouvez jouer à tout moment sur :

- L'endroit d'où lance le lanceur (en général, plus il est près du joueur plus il y a de réussite), la zone qu'il vise, la trajectoire et la vitesse de la balle qu'il envoie
- L'endroit d'où démarre le joueur (en général, plus il est près du lanceur et du filet, plus c'est facile), la taille de la zone qu'il vise
- On peut ajouter ou ôter de l'aléatoire dans la réception : quand on sait où va arriver la balle, c'est beaucoup plus facile que quand on ne le sait pas !!
- La hauteur du filet (plus c'est bas, plus c'est facile, sauf parfois pour faire durer l'échange où un filet plus haut peut arrondir les trajectoires et faciliter les échanges)
- La taille du terrain : + ou – large, + ou – long. Plus c'est petit plus c'est facile (dans certaines limites bien sûr...). Plus c'est large plus c'est difficile, mais plus il y a d'options tactiques pour attaquer le terrain adverse
- La qualité des balles : ballon de baudruche, ballon paille, balle mousse, balle souple, balle intermédiaire, balle dure
- Pour les échanges, on peut enlever une dimension et donc une difficulté, en faisant rouler la balle au sol, qu'on frappera avec la raquette. On peut aussi échanger en 3D mais sans raquette, à la main avec un ballon paille