

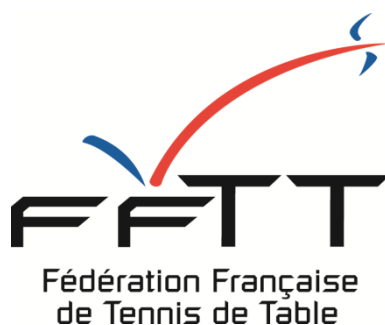
# L'Aménagement des Rythmes Scolaires



## ACTIVITÉ PING-PONG

CYCLE 1 (PS/MS)

SÉANCE 4



## 1) Amélioration de l'habileté : L'ÉQUILIBRISTE



**But :** Savoir garder sa raquette bien horizontale pour faire tenir la balle sur la raquette, sans qu'elle ne tombe.

### **Matériel :**

\* raquettes (minimum 1 pour 2 enfants)

\* balles en mousse (minimum 1 pour 2 enfant)

**Consignes :** Les s enfants mettent 1 balle en mousse sur une des faces de leur raquette qu'ils tiennent à une main, et essaie de ne pas la faire tomber.

**Variante :** Réaliser l'exercice en se déplaçant, en passant par-dessus de petits obstacles et/ou en s'arrêtant sur un pied au signal.

**Critères de réussite :** Nombre de séries de 5 secondes sans faire tomber la balle. Concentration de l'enfant.

## 2) Amélioration de l'envoi-renvoi : LA BALLE VOYAGE



**But :** Réaliser des échanges de balles A/R avec son partenaire, avec les 2 faces de la raquette.

### **Matériel :**

\* une table pour 2 ou 4 enfants (filet relevé ou sans filet)

\* raquettes (minimum 1 pour 2 enfants)

\* balles de ping (minimum 1 pour 2 enfants)

**Consignes :** Debout et face à face, les enfants s'envoient la balle sur une table en la faisant rouler de l'un à l'autre, avec l'une puis l'autre face de la raquette.

**Variante :** Contrôler la balle avec une face de la raquette avant de la renvoyer avec l'autre face.

**Critères de réussite :** Comptage du nombre d'A/R entre 2 enfants. Balle en mouvement sur la table. Pas d'appui sur la table avec les bras.

### 3) Amélioration du duel : LE CHASSEUR



**But :** Repérer l'espace libre et le bon moment pour échapper au chasseur / se déplacer et apprendre à viser une « cible » en mouvement / apprendre à taper dans une balle avec la raquette.

#### **Matériel :**

\* raquettes (minimum 1 pour le chasseur)

\* 3-4 balles en mousse

**Consignes :** Au signal, les enfants tentent de passer rapidement d'une ligne à une autre sans se faire toucher par les balles envoyées par le chasseur, à l'aide de sa raquette.

**Variante :** Possibilité de désigner plusieurs chasseurs et/ou de faire se libérer les enfants attrapés.

**Critères de réussite :** Nombre de tirs réussis, qualité des lancers, dynamisme des enfants dans leurs déplacements, respect des règles.

ÉDUC'PING « VOCABULAIRE »

P I N G

P O N G

Découpe les étiquettes ci-dessous et colle-les sur le mot PING PONG écrit ci-dessus.

G O N P

P N I G