

A cartoon illustration of two yellow birds with large beaks and wide eyes, wearing red tennis shirts and black shorts. They are in dynamic poses, swinging tennis rackets. A tennis ball is visible in the upper left, and a tennis net is at the bottom center. The background is plain white.

Progressione didattica

mini tennis

Terza Parte

*Elaborazione ed ottimizzazione
Prof. Giorgio Zangarin*

&



**Le espressioni motorie
Di un tennis in divenire
cammino didattico
dalla tattica alla tecnica**

Prof. Giorgio Zanzerin

MINI - TENNIS 3° PERIODO

OBIETTIVI GENERALI

- ✓ Nel campo da mini tennis scambiare con un compagno e piazzare, la palla.
- ✓ Fare uno scambio con l'avversario e cercare di vincere il punto.
- ✓ Nel campo da mini - tennis mettere in gioco servendo la palla.
- ✓ Fare una partita sul campo da mini tennis

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO

- ✓ Gesto del colpo allungato in avanti.
- ✓ Colpire la palla avanzando.
- ✓ Nozione di collegamento fra i colpi.

OBIETTIVI EDUCATIVI

- ✓ Cooperare con gli altri (individuo e gruppo)
- ✓ Portare attenzione al materiale della scuola (rimettere a posto)
- ✓ Essere responsabili nell'organizzazione del gruppo e dei vari ruoli (arbitro, capitano, responsabile della raccolta palle)



INIZIAZIONE
3° PERIODO (3 A 6 MESI)

SITUAZIONE DI GIOCO DA REALIZZARE

Giocare dei punti su un campo intermedio o normale con delle palle intermedie

OBIETTIVI GENERALI

OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO

Tattica :
Cercare di vincere dei punti

Tattica :
Giocare laddove l'altro non c'è o sul punto debole dell'avversario. (Giocare con il proprio colpo migliore o nelle zone precise (giocare soprattutto con il diritto))

Fondo campo :
Rinviare delle palle, a seguito di un grande spostamento laterale o (e) verso avanti.
Provare dei colpi differenti.
Ricerca la regolarità.
Difendere il suo campo,
Conoscenza di traiettorie varie
Volée :
Colpire in avanzamento, nelle zone larghe, lungolinea od incrociato

Tecnica :
Miglioramento degli spostamenti e della ripresa degli appoggi.
Nozioni di accelerazione all'impatto.
Accompagnamento verso avanti.
Utilizzo delle differenti forme di piazzamento.

Smash
Adattarsi a delle traiettorie alte e vicine

Tecnica :
Copertura della rete (spostamenti e rientri).
Impugnatura differente per la volée di diritto e di rovescio.
Nozioni di apposizione con una preparazione ristretta.

Tecnica
Nozioni di spostamento e di piazzamento del corpo in rapporto alla palla.
Ricerca dell'equilibrio all'impatto





Obiettivi educativi terzo periodo

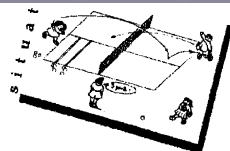
Servizio : Servire in diagonale ; 1. da una posizione intermedia 2. dalla linea di fondo campo Ricerca della regolarità	Tecnica ; Nozioni di impugnatura Continentale tollerando quella di diritto) Miglioramento della chiusura.
Conoscenza del gioco	Conoscere la composizione dei punti di una partita. Saper contare i punti del tie-break
Comportamento e materiali	Comportarsi bene in situazioni di gara (controllo di se. educazione, sportività e rispetto delle regole) Avere una sacca sportiva.
COMPETIZIONI NEL PERIODO	Con delle palle intermedie, su un campo intermedio o normale (individuale o a coppie) Gara di palleggio con l'insegnante Gara di palleggio a coppie Partite a 3 giochi sul 2 pari tb.



Esercitazione n° 50

Compétences à acquérir

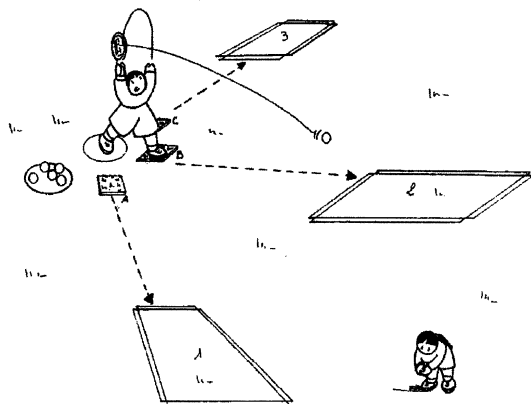
Identifier et orienter les appuis
Passages d'appuis libres
à des appuis orientés



Exercice

L'enfant varie ses appuis :

- Pied droit (pour un droitier) sur un repère posé au sol : appui permanent
- Pied gauche
 - repère A vers la cible 1
 - repère B vers la cible 2
 - repère C vers la cible 3.



Matériel à prévoir

- Balles mousse, balles mini-tennis
- Raquettes n°1, n°2
- Cerceaux, plots, housses, morceaux de moquette... (position des pieds)
- Zones ciblées.



Competenze da acquisire

Identificare e orientare gli appoggi dei piedi.
Passaggio dall'appoggio libero all'appoggio orientato.

Esercizio

L'allievo varia i suoi appoggi – piede destro (per un destro) appoggiato su di un riferimento al suolo (piastrella): appoggio permanente.
Piede sinistro: sulla piastrella A per il bersaglio n.1, sulla piastrella B per il bersaglio n.2 , sulla piastrella C per il bersaglio n.3..

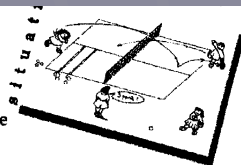


Esercitazione n° 51

Compétences à acquérir

Produire des trajectoires plongeantes

- Frappe de balle au-dessus de la tête
- Raquette haute (au départ) pour rabattre vers la cible par-dessus l'obstacle

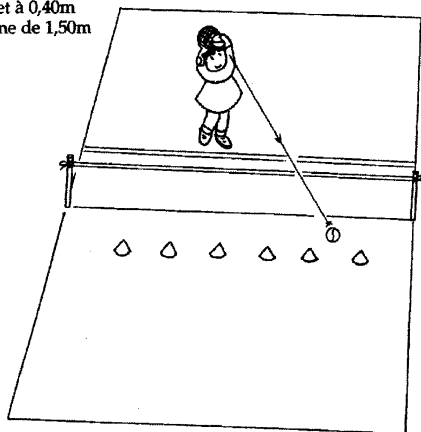


Exercice

Un enfant avec la raquette en position verticale au-dessus de l'épaule droite (pour un droitier), se présente la balle avec l'autre main.

Il doit effectuer une frappe qui fait descendre la balle le plus près possible, dans une zone délimitée par des plots.

Filet à 0,40m
Zone de 1,50m



Matériel à prévoir

- Balles mousse, balles mini-tennis
- Raquettes n°1, n°2
- Cerceaux (repères au sol)
- Plots.



Competenze da acquisire

Eseguire delle traiettorie dall'alto al basso

Colpire la palla sopra la testa

Racchetta alta alla partenza per abbassarla verso il bersaglio sopra un ostacolo (rete, elastico)

Esercizio

L'allievo con la racchetta in posizione verticale sopra la spalla dx (per un destro) appoggia la palla alla racchetta con l'altra mano.

Egli deve effettuare un colpo che faccia scendere la palla il più presto possibile in una zona delimitata da delle coppelle.

Altezza ostacolo cm 40

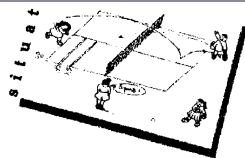
Zona delimitata m 1,50 dalla rete.



Esercitazione n° 52

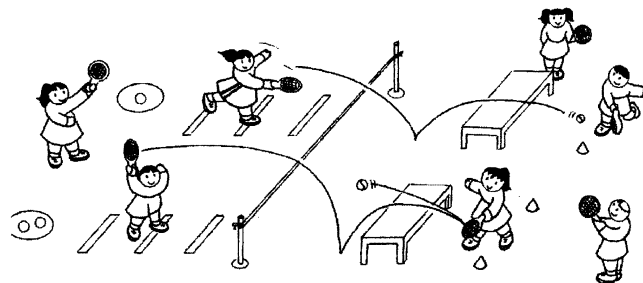
Compétences à acquérir

Produire des trajectoires plongeantes en situation de partenaire



Exercice

- Placer les serveurs à 1,50m, 2m, 2,50m derrière le filet placé à 0,40m, 0,45m du sol.
- Frapper la balle en la rabattant pour qu'elle rebondisse avant le banc, en direction du partenaire.
- Rotation de 4 serveurs face à 2 (ou 4) retourneurs.



Matériel à prévoir

- Balles mousse, balles mini-tennis
- Raquettes n°1, n°2
- Elastique, filet...
- Banc, obstacle...
- Plots, repères au sol, cerceaux.



Competenze da acquisire

Effettuare delle traiettorie dall'alto al basso verso un compagno di gioco.

Esercizio

Sistemare gli allievi che servono a 1,50 m, 2,00 m, 2,50 m, dietro una rete posta a 40-45 cm dal suolo.

Egli deve colpire la palla abbassandola in modo che essa rimbalzi davanti ad una panchetta in direzione del compagno.

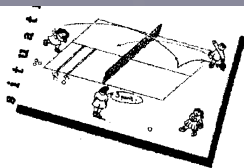
Ruotare i quattro allievi che servono di fronte a due o quattro compagni che ricevono.



Esercitazione n° 53

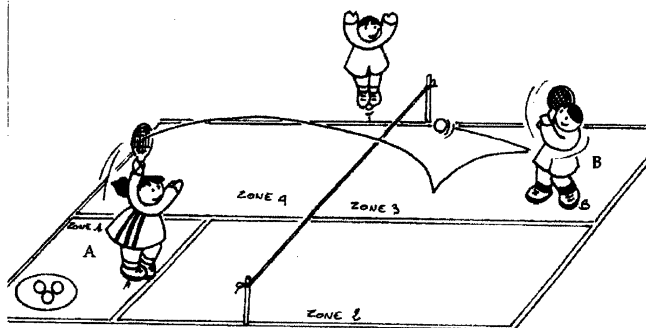
Compétences à acquérir

Produire des trajectoires plongeantes en situation d'adversaire



Exercice

- Un enfant A au service (à 3m du filet), essaie de frapper fort dans tout le terrain opposé en diagonale.
- Un enfant B tente de retourner la balle dans le terrain adverse.



Matériel à prévoir

- Balles mousse, balles mini-tennis
- Raquettes n°1, n°2
- Filet, élastique...
- Lignes de délimitation.



Competenze Da acquisire

Eseguire delle traiettorie dall'alto in basso con un avversario.

Esercizio

L'allievo A al servizio (a 3m dalla rete) cerca di colpire la palla forte affinché cada in tutto il rettangolo situato nella diagonale opposta. L'allievo B cerca di rinviare la palla nel campo avversario.



Esercitazione n° 54

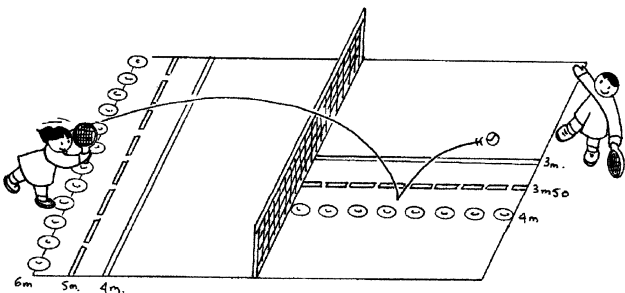
Compétences à acquérir

Acquérir de la régularité au service



Exercice

- Le serveur sert alternativement
 - 5 balles mousse à 4m du filet, dans une zone de 3m de large
 - 5 balles mousse à 5m du filet, dans une zone de 3,50m de large
 - 5 balles mousse à 6m du filet, dans une zone de 4m de large.
- Même exercice avec des balles de mini-tennis.



Matériel à prévoir

- Balles mousse, balles mini-tennis
- Raquettes n°1, n°2
- Lignes de délimitation
- Cônes, plots.



Competenze da acquisire

Servire con regolarità

Esercizio

L'allievo che serve colpisce alternativamente
 5 palle di spugna a 4 m dalla rete, in una zona
 larga 3 m,
 5 palle di spugna a 5 m dalla rete, in una zona
 larga 3,50 m,
 5 palle di spugna a 6 metri dalla rete, in una
 zona larga 4 m di larghezza.
 Ripetere l'esercizio con delle palle da mini
 tennis.



Esercitazione n° 55

ECHANGE

SITUATION
RÉFÉRENCE
NUMERO 3

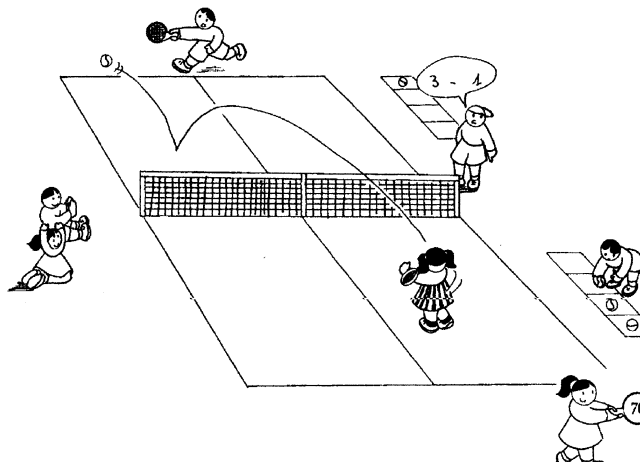
Exercice

Disputer un match à un contre un

- Terrain de 12m x 6m
- Filet à 0,50m ou 0,60m
- Mise en jeu : à la cuillère dans le carré de service
- Raquette n°2, balles mini-tennis.

1 enfant arbitre, 1 enfant marque les points.
Chaque jeu se joue le premier à 4 (ex. : 4.1, 4.3 ...).
Ensuite, rotation : arbitres deviennent joueurs et vice versa.

Critère de réussite : réalisation de l'exercice



Situazione riferita al modulo 3

Esercizio

Disputare una partita uno contro uno
Terreno di gioco 12 m x 6 m

Rete alta 50 cm o 60 cm.

Inizio del gioco: a cucchiaio nella zona di servizio

Racchette n.2 palle da mini tennis.

Un allievo arbitra un allievo segna i punti.

Ogni gioco si gioca a chi arriva per primo al quattro

Si ruotano in seguito i giocatori che diventano arbitri e viceversa.

Criterio di riuscita: realizzazione del gioco.



Esercitazione n° 56

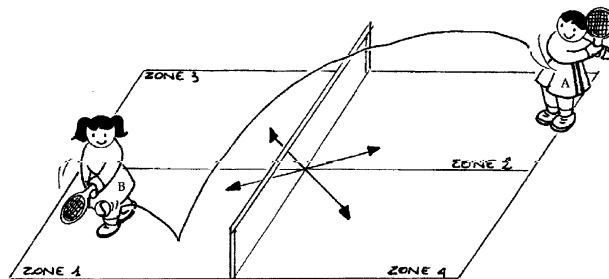
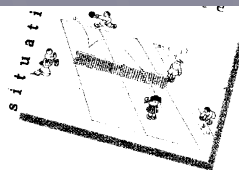
Compétences à acquérir

Enchaîner plusieurs frappes
en situation partenaire à deux

Exercice

L'enfant A joue avec l'enfant B, en essayant de faire le plus d'échanges possible dans la diagonale (zone 1 / zone 2 ou zone 3 / zone 4).

Débuter l'exercice avec balles mousse (quelques essais) si besoin est, puis balles mini-tennis.



Matériel à prévoir

- Balles mousse, balles mini-tennis
- Raquettes n°1, n°2
- Zones de délimitation.



Competenze da acquisire

Cercare di palleggiare il più lungo possibile con un compagno

Esercizio

L'allievo A gioca con l'allievo B cercando di eseguire il maggior numero di scambi possibilmente in diagonale (dalla zona 1 alla zona 2 o dalla zona 3 alla zona 4) iniziare l'esercizio, se c'è la necessità, con delle palle di spugna; passare poi alle palline da mini tennis.



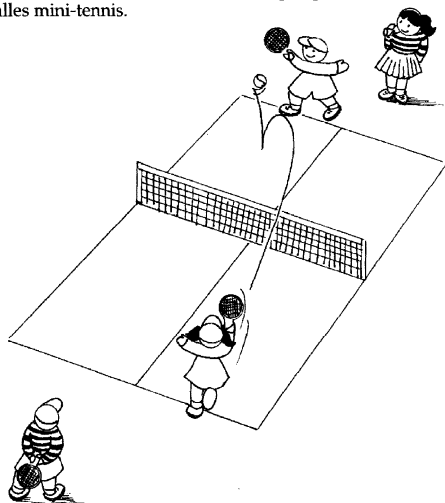
Esercitazione n° 57

Compétences à acquérir

Enchaîner plusieurs frappes
en situation partenaire

Exercice

- Jeux d'équipe de 4 joueurs, répartis en 2 équipes de 2 (les casquettes et les rayés).
- Les équipes doivent effectuer le plus d'échanges possible.
- Débuter l'exercice avec balles mousse (quelques essais) si besoin est, puis balles mini-tennis.



Matériel à prévoir

- Balles mousse, balles mini-tennis
- Raquettes n°1, n°2.



Competenze da acquisire

Cercare di palleggiare il più a lungo possibile
con un compagno

Esercizio

Giocare con una squadra di quattro allievi divisi
in due gruppi da 2

Le squadre devono effettuare il maggior numero
di palleggi possibili.

Iniziare l'esercizio, se c'è necessità, con palle di
spugna in seguito usare le palle da mini tennis.



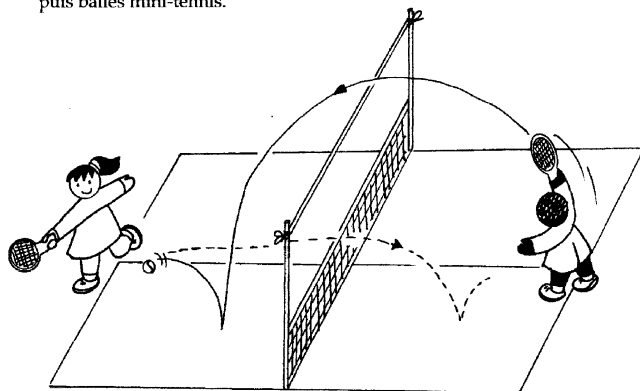
Esercitazione n° 58

Compétences à acquérir

Enchaîner plusieurs frappes après rebond

Exercice

- Fixer le filet à 0,60m et prolonger les poteaux pour y fixer un élastique ou un fil à 1,60m ou 1,70m.
- Effectuer des échanges en alternant une trajectoire entre le filet et l'élastique, et une trajectoire au-dessus de l'élastique.
- Comptabiliser les échanges.
- Débuter l'exercice avec balles mousse (quelques essais) si besoin est, puis balles mini-tennis.



Matériel à prévoir

- Balles mousse, balles mini-tennis
- Raquettes n°1, n°2
- Filet, élastique, fil...



Competenze da acquisire

Cercare di eseguire il maggior numero di palleggi con rimbalzo.

Esercizio

Fissare la rete a 60 cm da terra, allungare i pali per fissare un elastico o un filo a 1,60 m 1.70 m da terra.

Effettuare degli scambi alternando la traiettoria della palla tra la rete e l'elastico, sopra l'elastico. Contare gli scambi. Iniziare l'esercizio, se necessario, con palline di spugna, poi con palle da mini tennis.



Esercitazione n° 59

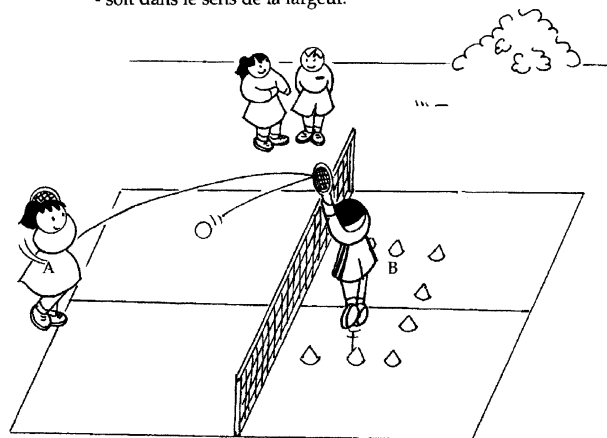
Compétences à acquérir

Enchaîner plusieurs frappes

- Après rebond
- Sans rebond

Exercice

- L'enfant A doit envoyer la balle dans la "maison" de B.
- B doit renvoyer la balle à A en essayant de faire le plus d'échanges possible.
- A frappe la balle après rebond, alors que B frappe la balle sans rebond.
- La "maison" du volleyeur doit être adaptée :
 - soit dans le sens de la profondeur
 - soit dans le sens de la largeur.



Matériel à prévoir

- En fonction du niveau
- Ballon paille, balles mousse, balles mini-tennis
 - Raquettes n°1, n°2
 - Plots, lignes de délimitation...



Competenze da acquisire

Cercare di palleggiare il più a lungo possibile con o senza rimbalzo.

Esercizio

L'allievo A deve inviare la palla dentro "la casa" di B.

B deve inviare la palla ad A cercando di fare il maggior numero di scambi possibili.

A colpisce la palla dopo il rimbalzo, mentre B la colpisce senza rimbalzo.

La "casa" del giocatore deve essere adattata: sia nel senso della profondità.

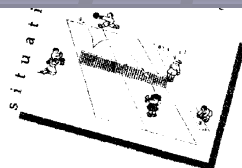
Sia nel senso della larghezza.



Esercitazione n° 60

Compétences à acquérir

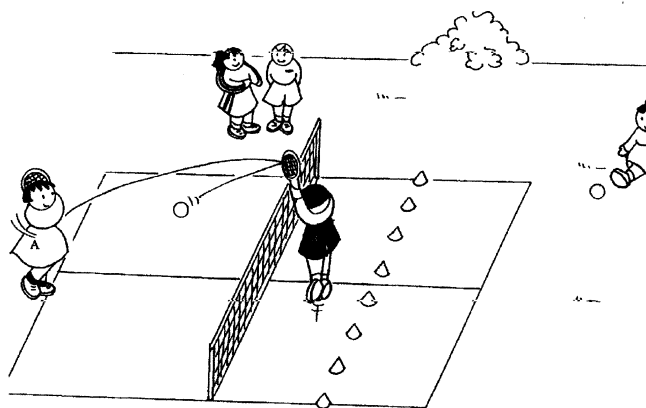
Réaliser des actions plus complexes
Frapper fort dans la balle, sans rebond



Exercice

En situation de partenaire, l'enfant A envoie une balle à l'enfant B après un rebond.

L'enfant B essaie de marquer le point sur un coup, sans rebond.



Matériel à prévoir

- Balles mousse (quelques essais si besoin est)
- Balles mini-tennis
- Raquettes n°1, n°2
- Filet.



Competenze da acquisire

Cercare di realizzare delle azioni sempre più complesse colpendo forte la palla senza rimbalzo.

Esercizio

Nella situazione di compagni di gioco, l'allievo A invia la palla allievo B dopo un rimbalzo. Il bambino B cerca di fare punto con un colpo senza rimbalzo.



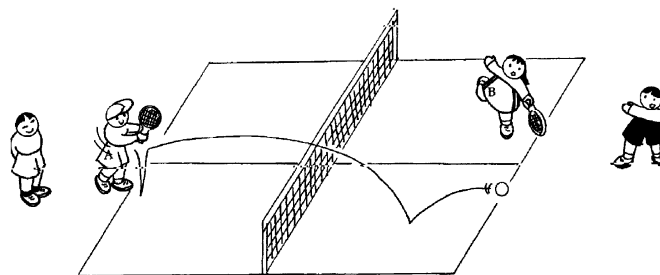
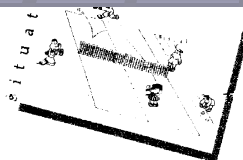
Esercitazione n° 6

Compétences à acquérir

Réaliser des actions plus complexes...
... que celles des premières expériences

Exercice

- Le joueur B se positionne dans une zone du terrain.
- Le joueur A met la balle en jeu en se la présentant, et l'envoie dans la zone adverse non occupée.
- Chercher à poursuivre l'échange.
- Adapter la fonction de A (mise en jeu), en fonction du niveau (plus près du filet...).



Matériel à prévoir

- Balles mini-tennis
- Raquettes n°1, n°2
- Filet, élastique...



Competenze da acquisire

Realizzare delle azioni più complesse rispetto alle prime esperienze.

Esercizio

Il giocatore B si posiziona in una zona del campo.

Il giocatore A comincia il gioco lanciandosi la palla e inviandola nel campo non occupato dal compagno.

Cercare di continuare lo scambio.

Adattare l'inizio del gioco in funzione del livello degli allievi (più vicino alla rete)



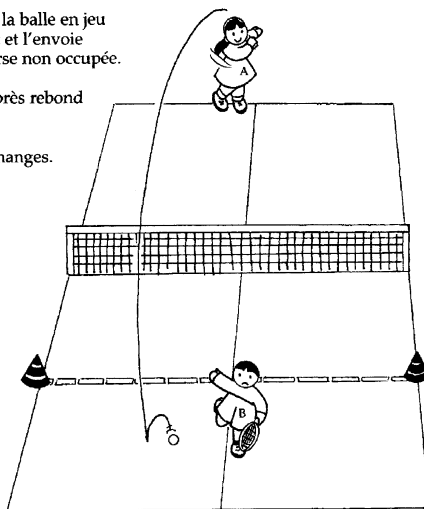
Esercitazione n° 62

Compétences à acquérir

Réaliser des actions plus complexes...
... que celles des premières expériences

Exercice

- Le joueur B se positionne dans une zone du terrain :
 - près du filet
 - près de la ligne de fond.
- Le joueur A met la balle en jeu en se la présentant et l'envoie dans la zone adverse non occupée.
- B joue la balle après rebond ou sans rebond.
- Enchaîner les échanges.



Matériel à prévoir

- Balles mini-tennis
- Raquettes n°1, n°2
- Filet
- Lignes de délimitation
- Cônes.



Competenze da acquisire

Realizzare delle azioni più complesse degli esercizi precedenti.

Esercizio

Il giocatore B si posiziona dentro una zona del campo:

Vicino la rete

Vicino alla linea di fondo.

Il giocatore A mette la palla in gioco lanciandosela e inviandola nella zona avversaria non occupata.

B gioca la palla con o senza rimbalzo.



Esercitazione n° 63

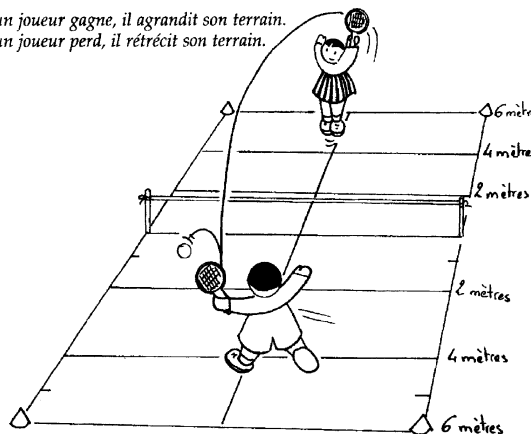
Compétences à acquérir

Participer à des matches

Exercice

- Le terrain est aménagé en 2, puis en 3, voir 4 espaces au gré de l'enseignant.
- Les 2 joueurs débutent dans la zone 1.
- Le gagnant (donc supposé le plus fort), agrandit son terrain et défend un espace plus grand (zone 2).

Quand un joueur gagne, il agrandit son terrain.
Quand un joueur perd, il rétrécit son terrain.



Matériel à prévoir

- Balles mini-tennis
- Raquettes n°1, n°2
- Zones de délimitation, craie...



Competenze da acquisire

Partecipare a delle partite

Esercizio

Il terreno è diviso in 2, dopo in tre, ancora in 4 spazi a discrezione l'insegnante.

I due giocatori cominciano dentro la zona 1.

Il vincitore (il più forte) ingrandisce il suo terreno e difende uno spazio più grande (zona 2)

Quando un giocatore vince allarga il suo terreno.
Quando un giocatore perde rimpicciolisce il suo terreno.



Esercitazione n° 64

Compétences à acquérir

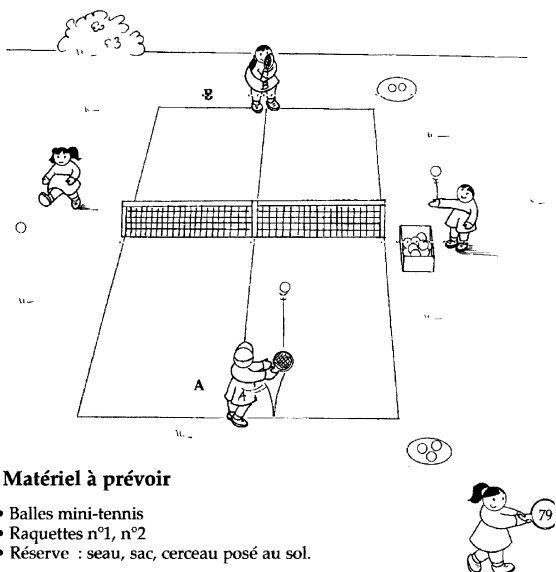
Participer à des matches

Exercice

- Constituer une réserve de 7 balles.
- Le joueur A met la balle en jeu et l'échange se poursuit.

Le joueur qui gagne le point prend la balle et constitue sa propre réserve.

Le joueur qui a le plus de balles gagne.
Changer les rôles quand la réserve est vide.



Matériel à prévoir

- Balles mini-tennis
- Raquettes n°1, n°2
- Réserve : seau, sac, cerceau posé au sol.



Competenze da acquisire

Partecipare a delle partite

Esercizio

Costituire una riserva di 7 palline

Il giocatore A comincia il gioco e cerca di continuarlo. Il giocatore che guadagna il punto prende la palla e costituisce la propria riserva.

Il giocatore che ha più palline (alla fine delle 7 palline d'inizio) ha vinto.

Cambiare i ruoli quando la riserva è vuota.



Esercitazione n° 65

Compétences à acquérir

Réaliser des actions plus complexes...

Changer de jeu, de partenaires, d'adversaires

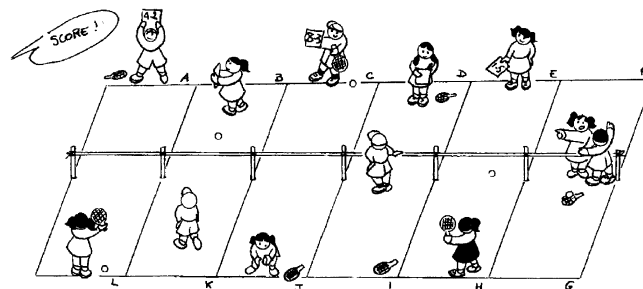
Exercice

Sur un terrain aménagé en 6 terrains de 12m x 6m, on constitue six couples de joueurs déterminés par l'enseignant.

- On joue au temps (3 minutes par exemple)
- ou en points (le premier à 5, 6 ou 7 points...)

A l'annonce de l'enseignant, on arrête de jouer; chaque joueur indique le score sur son carton...

Voir la suite de l'exercice fiche 81



Matériel à prévoir

- 24 balles mini-tennis
- 12 raquettes n°1, n°2
- Cartons et crayons.



Competenze da acquisire

Realizzare delle azioni più complesse.....
Cambiare il gioco, il compagno, l'avversario.

Esercizio

Su un terreno diviso in 6 campi di 12 m x 6 m, si firmano 6 coppie di giocatori su indicazione dell'insegnante.

Si gioca a tempo (per es. 3 minuti)

Si gioca ai punti (chi arriva primo a 5, 6, 7, ecc.)

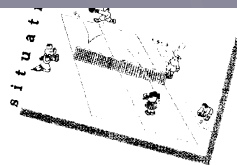
Al segnale dell'insegnante si ferma il gioco; ogni giocatore indica il proprio punteggio su di un foglio.



Esercitazione n° 66

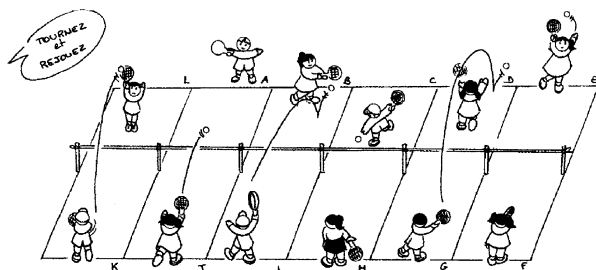
Compétences à acquérir

Réaliser des actions plus complexes...
Changer de jeu, de partenaires,
d'adversaires



Exercice

...Ensuite, tous les joueurs se décalent d'un terrain et jouent donc avec ou contre un nouveau partenaire.



Competenze da acquisire

Realizzare delle azioni più complesse
Cambiare il gioco, il compagno, l'avversario.

Esercizio

Riferendosi all'esercizio precedente, tutti i giocatori scalano di un campo e giocano con un nuovo compagno.



Esercitazione n° 67

Compétences à acquérir

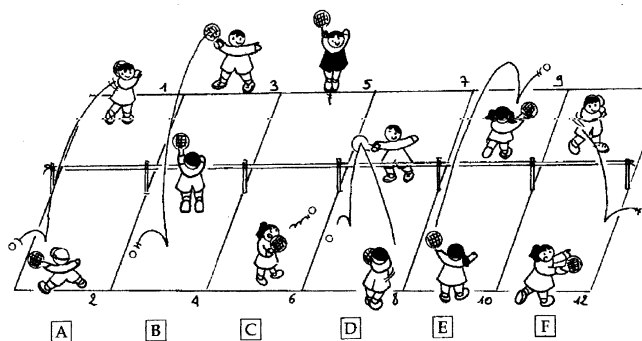
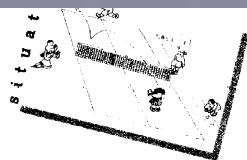
Réaliser des actions plus complexes...
Changer de jeu, de partenaires,
d'adversaires

Exercice

12 joueurs ou joueuses sur six terrains.

L'enseignant décide de faire jouer au temps (3 à 4 minutes), ou en nombre de points (le premier à 5, 6, 7...).

Voir la suite de l'exercice fiche 83



Matériel à prévoir

- 24 à 30 balles mini-tennis
- 12 raquettes n°1, n°2.



Competenze da acquisire

Realizzare delle azioni più complesse
Cambiare il gioco, il compagno, l'avversario.

Esercizio

12 giocatori giocano su 6 campi.
L'insegnante decide di far giocare a tempo (3 – 4 minuti) o a punti (il primo che arriva a 5, 6, 7, .)

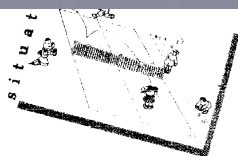


Esercitazione n° 68

Competenze da acquisire

Compétences à acquérir

Réaliser des actions plus complexes...
Changer de jeu, de partenaires,
d'adversaires



Exercice

... A l'annonce de l'arrêt du jeu, tous les vainqueurs se décalent d'un cran vers la gauche du terrain, et les battus vers la droite.
Le gagnant du terrain A (n°1 ou 2) reste sur le terrain A.
Le gagnant du terrain F (n°11 ou 12) reste sur le terrain F.

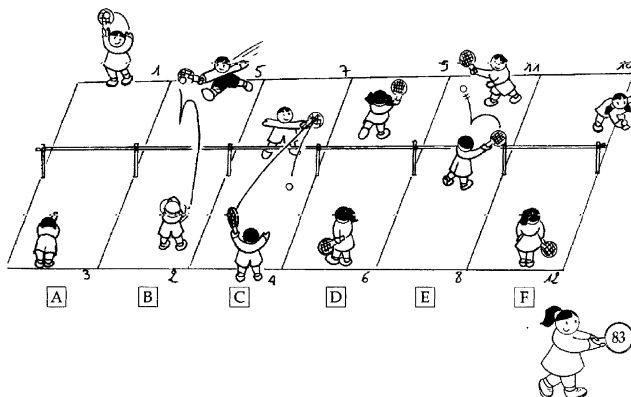
Ce qui donne (par exemple) :

Situation de départ : 1 et 2 - 3 et 4 - 5 et 6 - 7 et 8 - 9 et 10 - 11 et 12
(fiche 82)

Gagnants : 1 - 3 - 5 - 7 - 9 - 11

Nouvelle rotation : 1 et 3 - 5 et 2 - 7 et 4 - 9 et 6 - 11 et 8 - 10 et 12
(fiche 83)

Après quelques matches, le niveau se stabilise, permettant ainsi de définir des groupes de niveau et de proposer des objectifs adaptés.



Realizzare azioni più complesse
Cambiare il giocatore, il compagno, l'avversario.

Esercizio

Come l'esercizio precedente, al segnale dell'insegnante il gioco si ferma. Tutti i vincitori scalano di un campo verso la sinistra del terreno, mentre i perdenti verso destra.

Il vincitore sul campo A (n.1 o n.2) rimane sul proprio campo.

Il vincitore del campo F (n.11 o n.12) rimane sul proprio campo.

Esempio:

Situazione di partenza: 1 e 2 ; 3 e 4 ; 5 e 6 ; 7 e 8 ; 9 e 10 ; 11 e 12.

Vincitori 1, 3, 5, 7, 9, 11.

Nuova rotazione: 1-3, 5-2, 7-4, 9-6, 11-8, 10-12. Dopo qualche partita, il livello si equilibra, permettendo così di definire dei gruppi di livello e di proporre obiettivi adeguati.



Esercitazione n° 69

MISE EN JEU

SITUATION
RÉFÉRENCE
NUMERO 3

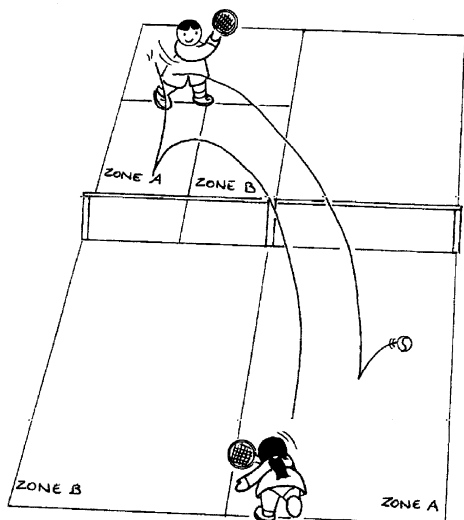
↳ Exercice

Opposition entre 1 serveur et 1 relanceur

Rôle du serveur : servir 10 balles en visant alternativement la zone 1 et la zone 2.

Rôle du relanceur : quand la balle tombe dans la zone 1, renvoyer dans la zone 3, quand la balle tombe dans la zone 2, renvoyer en 4.

Critère de réussite : réalisation de l'exercice



Situazione riferita al modulo 3

Esercizio

Opposizione tra un servitore e un rilanciante.

Ruolo del servitore: servire dieci palle colpendo alternativamente la zona A e la zona B.

Ruolo del rilanciante: quando la palla cade nella zona A deve rinviarla nella zona A, quando la palla cada nella zona B deve rinviarla nella zona b.

Criterio di riuscita: realizzazione dell'esercizio



Esercitazione n° 70

Compétences à acquérir

Acquérir de la précision
et mettre l'adversaire en difficulté

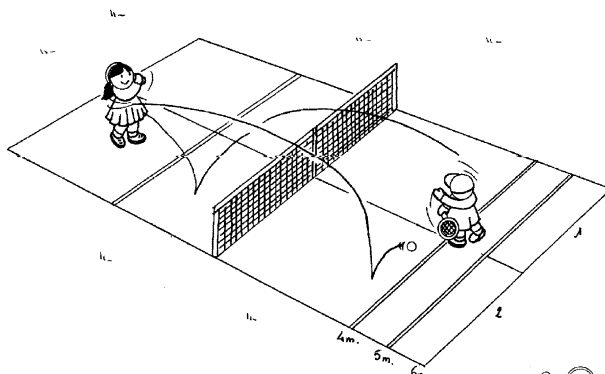
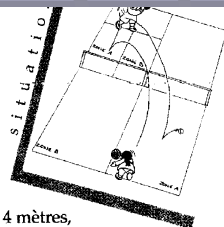
Exercice

A proposer sous forme jouée.

Le serveur placé dans l'axe du terrain, et à 4 mètres, met la balle en jeu, hors de portée de son adversaire. Il sert dans la diagonale de son choix.

En fonction de sa réussite, il s'éloigne à 5 mètres, puis à 6 mètres.

Le rôle du relanceur, placé lui aussi dans l'axe, est de remettre la balle en jeu.



Matériel à prévoir

- Balles mousse, puis balles mini-tennis
- Raquettes n°1, n°2
- Cônes, plots ou lignes de délimitation.



Competenze da acquisire

Acquisire precisione e mette in difficoltà l'avversario.

Esercizio

Proposta sotto forma di gioco.

Il servitore piazzato al centro del terreno, e a 4 m dalla rete, mette la palla in gioco fuori dalla portata del suo avversario. Egli serve sulla diagonale di sua scelta.

In funzione della sua riuscita, si allontana 5 m, a 6 m. il ruolo del rilanciante posto anche lui al centro del campo è di rimettere la palla in gioco.



Esercitazione n° 71

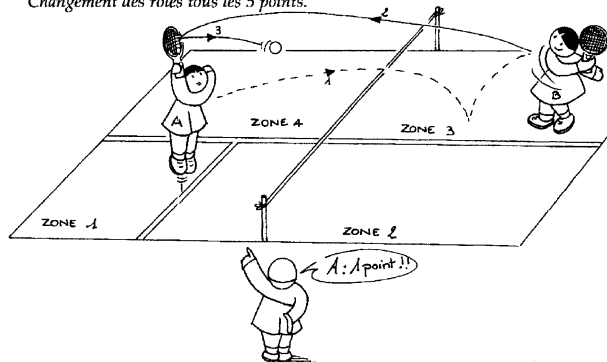
Compétences à acquérir

Produire des trajectoires plongeantes en situation d'adversaire

Exercice

- L'enfant A essaie de servir fort en diagonale, dans le terrain zone 3.
- Si B parvient à retourner fort la balle en zone 4, il gagne le point.
- Si B parvient à retourner en zone 1 et que A renvoie la balle, A gagne le point.
- Idem avec les zones 2 et 4.

Changement des rôles tous les 5 points.



Matériel à prévoir

- Balles mousse, puis balles mini-tennis
- Raquettes n°1, n°2
- Filet, élastique.



Competenze da acquisire

Eseguire delle traiettorie dall'alto al basso contro un avversario.

Esercizio

L'allievo A cerca di servire forte in diagonale nella zona 3 del campo.

Se B riesce a rimandare forte la palla nella zona 4, egli guadagna il punto.

Se B riesce a rimandare la palla in zona 1 e A la riprende, A guadagna un punto.

Idem con le zone 2 e 4. Si cambiano i ruoli ogni 5 punti



Esercitazione n° 72

Compétences à acquérir

Réaliser des services en variant la direction

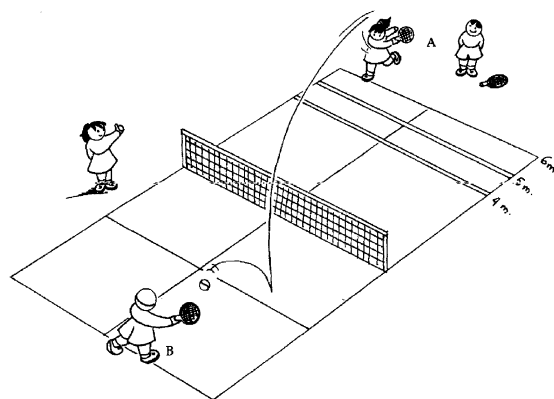
Exercice

Service / Retour

- A sert alternativement à droite et à gauche, dans le carré de service opposé. Il sert 2 balles à 4m, 2 balles à 5m et 2 balles à 6m.

- B essaie de retourner la balle dans le terrain adverse.

Balles mousse (quelques essais), puis balles mini-tennis.



Matériel à prévoir

- Balles mousse, balles mini-tennis
- Raquettes n°1, n°2
- Lignes de délimitation
- Cônes, plots.



Competenze da acquisire

Eseguire dei servizi con variazione di direzione.

Esercizio

Servizio / ritorno

A serve alternativamente a dx e sx nel rettangolo di servizio opposto. Egli serve 2 palle a 4 m dalla rete, 2 palle a 5 m, 2 palle a 6 m.

B cerca di rimandare la palla nel campo avversario.

Palle di spugna all'inizio, da mini tennis in seguito.



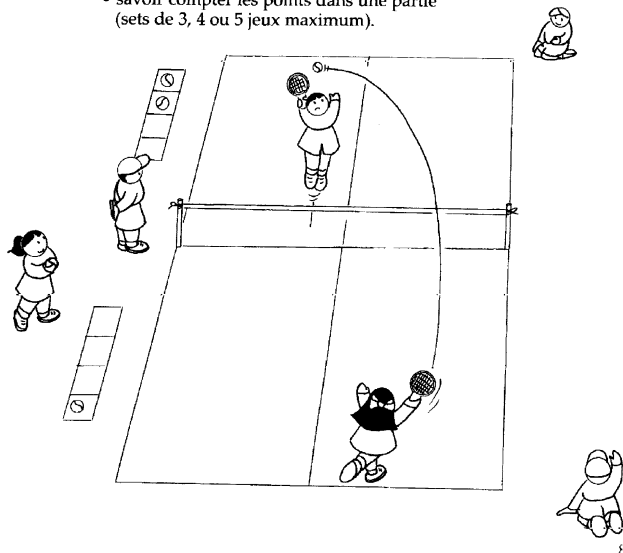
Esercitazione n° 73

SITUATION
RÉFÉRENCE
TOUS MODULES
CONFONDUS
ECHANGE
MISE EN JEU

Exercice

Disputer un match à un contre un, en sachant :

- mettre en jeu
- entretenir un échange et gagner le point
- savoir compter les points dans un même jeu (le premier à 4)
- savoir compter les points dans une partie (sets de 3, 4 ou 5 jeux maximum).



Situazione riferita a tutti i moduli messi insieme

Esercizio

Disputare una partita uno contro uno cercando di :

Mettere in gioco

Giocare uno scambio e guadagnare il punto, saper contare i punti durante il gioco (il primo che arriva a 4....)

Saper contare i punti in una partita (set da 3, 4 o 5 giochi al massimo)



Sarebbe vano e un po' ridicolo cercare di precisare a quale età si può imparare ad andare in bicicletta o apprendere qualsiasi altra tecnica. Sul piano delle abilità motorie, l'alunno non può realizzarle in età differenti da quelle che gli vengono consentite dalla sua maturazione nervosa . Questa maturazione nervosa si sviluppa progressivamente nell'infanzia e nell'adolescenza e fa emergere le potenzialità dell'alunno, a condizione che egli si eserciti su queste abilità.

Fine progressione didattica **mini tennis**