Un rebond

Activité

Ressource: RécréAgir

Cycle(s): Primaire Moyen

Catégorie de jeux ACpJ : Jeux filet/mur

Lieux : Gymnase, espace extérieur (p. ex., champ, terrain asphalté)

Éléments communs à ces jeux et sports

Les jeux filet/mur sont des activités dans lesquelles les joueurs envoient un objet dans une partie du terrain ou de l'aire de jeu défendu par leurs adversaires. L'objectif en est de faire atterrir l'objet à un endroit où il sera difficile pour les adversaires de le renvoyer. En s'adonnant à ces jeux, les participants peuvent acquérir les principales habiletés et tactiques nécessaires pour jouer à d'autres jeux de cette catégorie ou à des jeux qui requièrent la mise en application d'habiletés, de concepts et de stratégies semblables (p. ex., volleyball assis, tennis, badminton, squash, racquetball, volleyball, sepak takraw, tennis en fauteuil roulant).

Survol de l'activité

Les participants apprennent et s'entraînent à envoyer un et à recevoir un objet avec un partenaire pour créer un échange.

Habiletés motrices, concepts du mouvement et habiletés tactiques

Tout au long de l'activité, soulignez les habiletés, les concepts et les tactiques nécessaires pour aider les participants à envoyer et à recevoir un objet par-dessus un filet pour créer un échange. Cette liste n'est pas exhaustive et d'autres occasions d'apprentissage peuvent se présenter au cours de l'activité.

Habiletés motrices et concepts liés au mouvement

- Habiletés de manipulation et conscience de l'effort : utiliser une force contrôlée pour envoyer et recevoir un objet par-dessus le filet en jouant avec un autre participant (p. ex., envoyer l'objet par-dessus le filet ni trop fort ni trop doucement; faire en sorte que l'objet tombe au meilleur endroit possible et l'envoyer à une vitesse le rendant plus facile à recevoir).
- Conscience du corps : se positionner de manière optimale lors de l'envoi ou de la réception d'un objet et comprendre la relation entre les mouvements du corps et l'envoi ou la réception d'un objet par-dessus le filet (p. ex., être capable de se placer debout au milieu de l'aire de jeu dans une position prête à se déplacer rapidement dans toutes les directions lors de la réception de l'objet par-dessus le filet).

Habiletés tactiques

- Mettre en pratique les habiletés appropriées pour être efficace dans l'envoi et la réception d'un objet par-dessus un filet avec un autre participant dans un espace défini (p. ex., avoir les mains et les bras prêts à recevoir l'objet).
- Prendre rapidement des décisions pour augmenter les chances de succès lors de l'envoi et de la réception d'un objet avec un autre participant (p. ex., anticiper où l'objet ira pour maintenir l'échange en cours).

Éléments à prendre en compte

- Intégrez certaines (ou l'ensemble) des variantes énumérées dans la section « Variantes » lors de la planification de l'activité. Ainsi, il sera possible de mieux satisfaire aux besoins et aux champs d'intérêt des participants issus de divers milieux et possédant diverses identités lors du jeu tout en maximisant le plaisir, l'inclusion, la participation et les chances de réussite de tous.

- Accordez une plus grande place aux perspectives et aux choix des participants et interrompez l'activité périodiquement pour leur présenter les variantes. Demandez-leur de choisir de quelle façon il serait préférable de modifier l'activité afin de maximiser le plaisir, l'inclusion, la participation et les chances de réussite de tous. Encouragez les participants à ajouter d'autres variantes de leur choix.-

Matériel

- 1 balle ou ballon à envoyer par paire (p. ex., ballon de plage, balle de tennis, balle en mousse, ballon en caoutchouc, balle en plastique)
- Objets pour indiquer les lignes de jeu (p. ex., cordes à sauter, ruban adhésif, petits cônes, craie) (facultatif)

Sécurité

- Inspectez l'aire d'activité et le matériel pour retirer tout ce qui peut poser un risque de blessures. Vérifiez que la surface de jeu offre une traction suffisante.
- Établissez les limites de l'aire de jeu à une distance sécuritaire des murs et des obstacles et montrez-les aux participants.
- Passez en revue les consignes de sécurité et les règles pour l'activité avec les participants.
- Demandez aux participants d'avoir conscience de leur entourage lors du jeu, y compris de l'endroit où se trouvent les autres personnes.

Consignes pour le jeu

- Jumelez les participants.
- Les paires aménagent une aire d'activité dans un espace sécuritaire, à l'écart des autres paires, avec une ligne au milieu pour que chaque participant ait son propre côté. Si les lignes ne sont pas déjà présentes, utilisez des cordes à sauter, du ruban adhésif au sol ou tout autre objet pour délimiter les aires de jeu. Les participants peuvent modifier la superficie de l'aire de jeu à tout moment pendant le jeu, en tenant compte des aires de jeu des autres participants.

- Chaque paire sélectionne une balle ou un ballon à envoyer (p. ex., ballon de plage, balle de tennis, balle en mousse, ballon en caoutchouc, balle en plastique). Les paires peuvent changer de balle ou ballon à tout moment.
- Un partenaire commence l'échange en faisant rebondir le ballon de son côté de la ligne, puis le frappe avec la paume de la main par-dessus la ligne vers le côté de son partenaire. Ce dernier laisse rebondir le ballon une fois de son côté, puis le renvoie en utilisant la paume de la main. Les participants peuvent choisir d'attraper le ballon avant de la renvoyer à leur partenaire.
- Les partenaires comptent le nombre de fois consécutives qui leur est possible de frapper le ballon après un rebond, tout en le maintenant dans leur aire d'activité.
- Lorsque le ballon sort des limites ou rebondit plus d'une fois, l'échange prend fin et les participants jouent à nouveau, en essayant d'égaler ou de surpasser leur pointage précédent.
- Après chaque ronde, les paires peuvent choisir de jouer avec une autre paire, en ayant deux participants de chaque côté, de sorte que quatre participants travaillent ensemble pour maintenir un échange.
- Après un certain temps, présentez aux participants certaines (ou l'ensemble) des variantes. Demandez-leur de déterminer comment le jeu pourrait être changé pour accroître le plaisir, la difficulté et les chances de réussite. Encouragez-les à ajouter d'autres variantes de leur choix.
- Envisagez de demander aux groupes de partager leurs idées de variantes et de choisir une autre variante à essayer avec leur groupe.

Vidéo : Représentation visuelle des consignes pour l'activité

Lien à la vidéo

Pause apprentissage

Tout au long de l'activité, posez des questions ouvertes pour aider les participants à améliorer leurs habiletés motrices et à affiner leurs stratégies et leurs solutions tactiques. Voici quelques exemples :

- Quel est le meilleur endroit pour envoyer le ballon afin d'aider votre partenaire à le recevoir avec succès?

- Lorsque vous recevez le ballon, comment devez-vous placer votre corps?
- Quels sont les jeux ou sports que vous avez pratiqués ou que vous connaissez où les règles et stratégies sont similaires à celles utilisées dans ce jeu?

Variantes

- Permettre deux rebonds avant de recevoir le ballon.
- Modifier la manière dont les participants envoient le ballon par-dessus la ligne (p. ex., lancer par en dessous).
- Jouer en position assise ou agenouillée.
- Modifier les techniques de frappe (p. ex., utiliser seulement la main non dominante).
- Utiliser un instrument pour envoyer le ballon (p. ex., une raquette en mousse en forme de sucette).
- Jouer contre un mur.