

FORMES DE MINI TENNIS

-Durée : 60 min

-Nombre de participants : 20 à 24

-Lieu : salle de gymnastique ou à l'extérieur (notamment pour le speed raquette).

Objectifs :

- développer la collaboration et la compétition avec enthousiasme
- découvrir quelques formes de tournois
- jouer avec ou jouer contre
- développer la coordination

1. Exercices divers sans les raquettes :

a. Sans les raquettes : lancer-rattraper (contre un mur, seul ou à 2)

b. Avec des raquettes différentes et balles molles

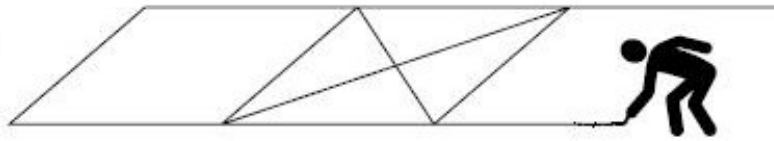
2. Expérimenter différentes formes de jeu de collaboration (tournante avec ou sans changement de camp) en stimulant l'esprit d'équipe.

3. Utiliser des cibles (cerceaux, feuilles de papier) afin de viser et marquer des points

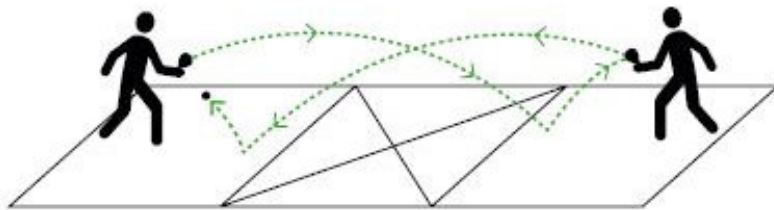
4. **Tournoi du roi** : après chaque partie de 2min, le vainqueur se déplace d'un terrain sur sa gauche et le perdant d'un terrain sur sa droite. Après un certain nombre de parties, celui qui gagne sur le terrain le plus à gauche est qualifié de roi. Le perdant sera le...bouffon...

5. **Tournoi aux numéros** : chaque terrain est numéroté en fonction du nombre d'élèves. A chaque match, les élèves viennent tirer au sort un nouveau numéro, qui changera leur terrain ainsi que leur adversaire. Chaque élève compte son nombre de victoires et fait le total pour la fin des matchs.

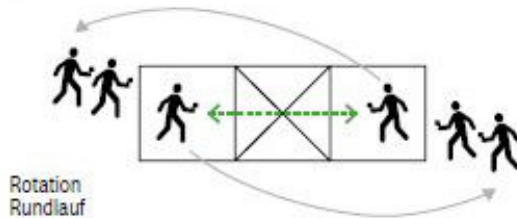
1 Draw the court
Feld einzeichnen



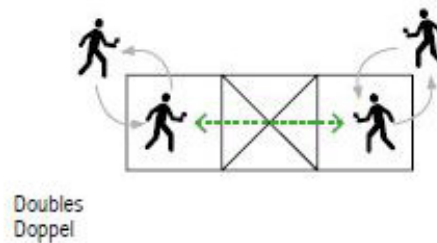
2 Play
Spielen



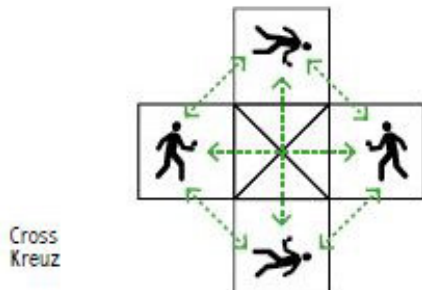
3 Variations
Spielvarianten



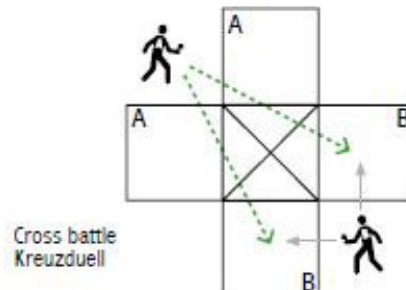
Rotation
Rundlauf



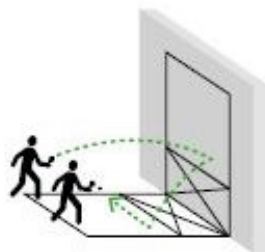
Doubles
Doppel



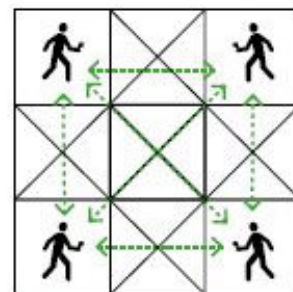
Cross
Kreuz



Cross battle
Kreuzduell



Single or doubles against wall
Einzel oder Doppel gegen die Wand



Street Racket XL
Street Racket XL