



Équipements	Une balle de tennis pour chaque élève, de l'espace sur un mur, un chronomètre
Objectif(s) pédagogique(s)	Démontrer comment maintenir un échange; lancer et recevoir avec précision.
Consignes de sécurité pour la COVID-19	Rappelez aux élèves de toucher uniquement leur propre balle. Rappelez également aux élèves le besoin de maintenir une distanciation physique sécuritaire les uns avec les autres. Nettoyez ou désinfectez les équipements avant et après l'activité.

Stratégie d'enseignement inversé (facultative)

Dans une classe inversée, l'élève étudie, de manière autonome, la partie notionnelle du cours en amont de sa phase dirigée, consacrée pour l'essentiel à des exercices d'application menés par l'enseignant. Les élèves sont invités à maîtriser la découverte, la compréhension, et la rétention des contenus, puis le temps en classe est consacré à la mise en application, l'analyse, la synthèse, ou l'évaluation des contenus.

Avant de passer à la mise en pratique de l'activité durant le temps en classe, créez une vidéo à passer ou des instructions écrites à distribuer aux élèves donnant un tour d'horizon de la technique de lancer une balle contre un mur et la réceptionner, avec un rebond au sol au lancer et un rebond au sol à la réception. Expliquez l'importance des échanges en vue de cumuler un point dans certains jeux. Encouragez les élèves à s'exercer à lancer une balle contre un mur et la réceptionner, et compter combien de fois d'affilée ils peuvent le faire. Si les élèves n'ont pas accès à un équipement ou un espace adéquat, ils peuvent s'exercer à lancer un objet mou (par exemple, une balle en mousse, un ourson en peluche, des chaussettes roulées en boule, etc.) à partir d'un endroit sur le sol où ils pensent qu'ils auraient du succès avec un rebond du mur, si c'était une balle. Les élèves pourraient également s'exercer à lancer et à réceptionner un objet mou avec un partenaire, en utilisant des équipements et un espace sécuritaire auxquels ils ont accès.



Description de l'activité

Trouvez une aire de jeu sécuritaire en face d'un mur, suffisamment grande pour que les binômes disposent d'un espace adéquat pour se déplacer dans leur zone de jeu respective.

Avec le groupe dans son ensemble, rappelez et pratiquez l'habileté de lancer une balle contre un mur et l'attraper au rebond, et expliquez l'importance de cette habileté pour maintenir un échange. Dans un contexte d'enseignement inversé, rappelez aux élèves de mettre en pratique les théories et informations qu'ils auront apprises en amont de l'activité

Divisez les élèves en binômes et distribuez une balle de tennis à chaque élève. Invitez les binômes à trouver un espace en face du mur, à une distance sécuritaire des autres binômes. Lorsque le chronométrage commence, les partenaires lancent leur balle contre le mur à tour de rôle, avec un rebond au lancer et un rebond à la réception. Si la balle n'est pas attrapée, tous les deux partenaires ramassent leur balle, courent vers le mur pour le toucher, et continuent à lancer contre le mur à tour de rôle. Les binômes comptent le nombre de fois ils réceptionnent la balle avec succès au cours de l'intervalle chronométré. Jouez pour 4-5 minutes puis commencez une nouvelle ronde. Mettez les binômes au défi de cumuler davantage de points à chaque nouvelle ronde.

Compétences d'éducation physique



BOUGER

Les élèves développeront leurs habiletés psychomotrices et apprendront des tactiques et des stratégies pour faciliter une variété d'activités physiques dans différents environnements.



RÉFLÉCHIR

Les élèves développeront des habiletés cognitives et apprendront des stratégies qu'ils peuvent appliquer dans une variété de contextes de mouvement, en s'exerçant à la pensée critique, la prise de décisions, et la résolution de problèmes.



RESSENTIR

Les élèves développeront des habiletés affectives et apprendront des stratégies favorisant des relations saines et positives avec soi-même, avec autrui et avec l'environnement.



AGIR

Les élèves mettront en pratique des habiletés et des stratégies comportementales qui appuient la maîtrise du mouvement et qui renforcent la confiance.



Questions de réflexion

La réflexion est une étape importante du processus d'apprentissage dans un contexte d'éducation physique. Pensez à poser aux élèves les questions de réflexion suivantes, et discutez des réponses avec eux.

- Quelles démarches as-tu prises pour lancer et attraper la balle avec succès?
- À laquelle des rondes est-ce que toi et ton partenaire avez eu le plus de succès? Pourquoi penses-tu que c'est comme ça?



Considérations sur l'inclusion

Il est possible de modifier une variété de dimensions de l'activité afin de favoriser la participation de tous et de toutes. À l'étape de planification, réfléchissez aux mesures que vous pourriez prendre pour favoriser l'inclusion, et les adaptations qui pourraient être apportées aux activités pour assurer la pleine participation de tous les élèves. Le cadre STEP propose des modifications aux dimensions suivantes de l'activité : site, tâche, équipements, et participants.

S Surface	T Tâche	E Équipement	P Participants
Faire l'activité dans un endroit où il y a peu de distractions.	Les élèves s'exercent à envoyer un objet (par exemple, lancer, botter, rouler, etc.) vers une cible sur le mur ou sur le sol.	Les élèves se servent d'une rampe pour rouler la balle vers le mur et la faire retourner pour franchir une ligne.	Les élèves jouent individuellement, sans partenaire.

Observation des objectifs pédagogiques

Tenez compte des points suivants lors d'observer l'apprentissage des élèves :

- Est-ce que l'élève parvient à lancer la balle contre le mur et à recevoir le rebond?
- Est-ce que l'élève parvient à utiliser une bonne technique (la jambe opposée en avant, lancer en dessus, le coude légèrement plié) lors de lancer la balle?
- Est-ce que l'élève parvient à attraper le ballon qui rebondit sur le mur en utilisant les deux mains, ou seulement la main lanceuse (dominante)?

Lien avec l'apprentissage d'EPS à la maison

Les élèves peuvent être invités à faire chez eux l'activité suivante d'apprentissage d'EPS à la maison; cette même activité pourrait être modifiée pour une application en salle de classe, à titre de complément des activités pédagogiques prévues.

Jeu de paume d'Afrique de l'Ouest