

Équipements	Balle de tennis (ou une autre balle de taille semblable qui rebondit), deux petits objets (par exemple, chaussettes roulées en balle, gobelets en plastique), quatre objets plats de la même taille (par exemple, assiettes en carton)
Résultat(s) d'apprentissage	Défendre l'espace, se préparer à une attaque, et faire des lancers de précision lors de jouer un jeu au filet/au mur.

Description

Vérifiez qu'il y a suffisamment d'espace pour faire l'activité, et écartez les objets ou obstacles qui pourraient poser un danger.

Placez les deux petits objets sur le sol, séparés par une certaine distance, pour représenter un filet qui divise en deux l'aire de jeu.

Placez un objet plat dans les coins gauche et droit au fond de chaque moitié de l'aire de jeu. Il faut avoir deux personnes pour jouer : chacune prend sa place dans sa moitié de l'aire de jeu, en face de son adversaire.

Un joueur effectue le service en frappant la balle avec le plat de la main. L'autre joueur attend que la balle rebondisse une fois avant de la retourner par-dessus du filet. L'échange se poursuit jusqu'à ce que l'un ou l'autre joueur n'arrive pas à retourner la balle, ou bien son coup retombe sur l'objet plat dans le coin arrière adverse.

Un point est accordé à la fin de chaque échange, et un coup qui atteint l'objet plat en coin arrière vaut cinq points. Jouez jusqu'à ce que l'un ou l'autre des joueurs cumule un nombre de points prédéterminé.

Si des questions surviennent à propos de règles qui n'ont pas été établies, accordez-vous sur la règle et relancez le jeu.

Compétences d'éducation physique



BOUGER

Les élèves développeront leurs habiletés psychomotrices et apprendront des tactiques et des stratégies pour faire 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 de l'apprentissage d'une activité physique. Pensez à poser les questions de réflexion ci-dessous à la jeune personne et discutez des réponses avec l'élève.

- Quelles tactiques as-tu déployées durant la partie (par exemple, orienter le coup en vue de marquer un point, jouer à la défensive, etc.)?
- Est-ce que tu as observé les règles lors de jouer? Quelles règles as-tu observées? Si tu ne l'as pas fait, quelles règles est-ce que tu mettrais en place si tu jouais une autre partie?



Considérations sur l'inclusion

Il est possible d'apporter des modifications à divers éléments d'une activité donnée pour encourager la participation de tous et de toutes. Lorsque vous planifiez vos activités, pensez aux moyens pour encourager la participation de tous et de toutes, et aux modifications que vous pourriez instaurer afin d'adapter les activités. Le cadre STEP propose des modifications aux aspects suivants de l'activité – surface, tâche, équipement, et participants.

S Surface	T Tâche	E Équipement	P Participants
Déplacer les objets plats pour les positionner dans le centre ou la partie avant de l'aire du jeu.	La jeune personne fait l'activité en position assise et se sert d'une raquette pour frapper les objets et les envoyer sur différentes cibles placées de l'autre côté du filet.	Enlever les marqueurs au sol et jouer le jeu avec un ballon.	La jeune personne fait l'activité contre un mur plutôt que contre un adversaire, et essaie de faire en sorte que la balle tombe sur l'un ou l'autre des deux objets plats devant lui/elle.