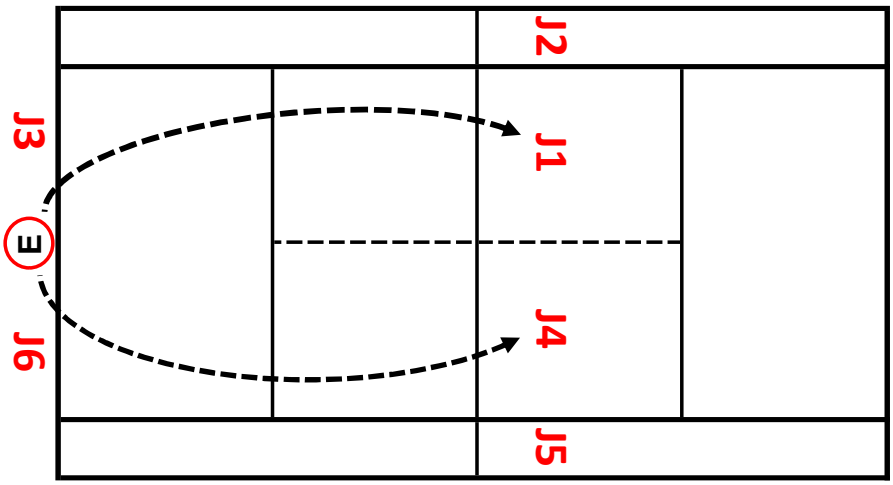
COOPÉRATION, développer les habiletés de base du smash	PROCESSUS D'APPRENTISSAGE FRAPPE PRÉSENTÉ PAR ABM TENNIS

TEMPS : 20 minutes (AB, ABM) – Smash

POINTS D'ENSEIGNEMENT	
A) Préparation :	• position légèrement de côté; • 1/2 mouvement.
B) Positionnement :	• se déplacer et se placer sous la balle.
C) La Frappe :	• la frappe avec le corps (rotation hanches et épaules); • point d'impact (latéral) au-dessus de la tête; • frapper de bas vers le haut.
Synthèse :	*Préparer à 1/2 mouvement et frapper la balle au-dessus de la tête de bas vers le haut avec la participation du corps (rotation hanches et épaules).*

EXERCICE



Envoi :	L'enseignant envoie 1 balle haute au-dessus de la tête de J1.
Projection :	En partant en position 1/2 mouvement, J1 exécute un smash et joue le point face à J3.
Mobilité :	À la fin du point, J1 laisse la place à J2.
Système de pointage :	Premier joueur entre J1 et J2 qui marquera 3 points remplacera le joueur seul.
Rotation :	Changer les groupes après 10 minutes.
Considérations (au besoin) :	• l'enseignant peut ajuster son envoi de balle (léger déplacement) selon le niveau de jeu des élèves.