

DEFI TENNIS : JONGLAGE

Présentation de l'atelier :



Principe du jeu :



Je lâche la balle pour la frapper doucement sur la raquette.



Je laisse la balle rebondir au sol une fois.



Puis je frappe à nouveau la balle avec la raquette et j'alterne frappe de la balle avec la raquette et rebond au sol.

J'ai le droit de me déplacer pour mieux jongler.

Comptage des points :

- ✓ 3 essais – je garde la meilleure performance
- ✓ Score réel égale au nombre de jongles (maximum 10 points)

Adaptation au niveau de l'élève :

- ✓ Cycle 1 : jonglage à la main, un rebond au sol entre chaque jongle
- ✓ Cycle 2 : jonglage avec raquette, un rebond au sol entre chaque jongle
- ✓ Cycle 3 : jonglage avec raquette, sans rebond au sol entre chaque jongle