



Année scolaire – 2023 - 2024

Jeux de Squash à l'école maternelle

SQUASH CLUB VERRIERES-LE-BUISSON

54 Rue d'Amblainvilliers

91370 VERRIERES-LE-BUISSON

Tel : 01 69 20 12 47

info.squash.verrieres@gmail.com

www.squash-verrieres.fr

Sommaire

1	CONTROLE DU DOCUMENT	3
1.1	RÉSUMÉ.....	3
1.2	LISTE DE DISTRIBUTION.....	3
1.3	HISTORIQUE DES CHANGEMENTS	3
1.4	DOCUMENTS ASSOCIÉS	3
2	SPECIFICITES ET CONDITIONS	4
2.1	L'EFFECTIF ET L'ÂGE	4
2.2	LIEU	4
2.3	LES CONDITIONS DE PRATIQUE.....	4
2.4	MATÉRIEL	4
2.5	ENCADREMENT	4
2.6	PROGRAMMATION DES SEANCES.....	4
3	OBJECTIFS	5
3.1	OBJECTIFS GÉNÉRAUX	5
3.2	DURÉE DES CYCLES.....	5
4	LES MOYENS	6
4.1	L'UNITÉ D'APPRENTISSAGE	6
4.2	ENFANTS DU 1ER CYCLE	6
4.3	ORGANISATION.....	6
5	FICHES DETAILLEES DES SÉANCES	7
5.1	ECOLE PUBLIQUE LE CLOS FLEURI	7
5.2	ECOLE PUBLIQUE BOIS LORiot.....	10
5.2.1	Terrain N°1	10
5.2.2	Terrain N°2	11
5.2.3	Terrain N°3	12
5.2.4	Terrain N°4	14

1 CONTROLE DU DOCUMENT

La dernière version de ce document est stockée sous forme électronique. Toute copie imprimée doit être considérée comme une copie non contrôlée.

1.1 RÉSUMÉ

Le présent document a pour objet de proposer les fiches pédagogiques destinées à la découverte du Squash pour les élèves des Ecoles Maternelles de Verrières-le-Buisson.



Ces séances sont organisées et animées par le Squash Club de Verrières-le-Buisson, au sein même des établissements ou dans la structure d'accueil du club.

1.2 LISTE DE DISTRIBUTION

De		Fonction	Tel/Fax/Email
Roland Bassibey		Moniteur Squash	rbassibey@free.fr
A	Action *	Fonction	Tel/Fax/Email
Audrey Viala	A/R	Directrice Ecole	0910657v@ac-versailles.fr
Géraldine Walle	A/R	Directrice Ecole	0910617b@ac-versailles.fr
Serge Fauveau	A/R	Président SCVB	sergefauveau@gmail.com
Nicolas Nguyen	I	Vice Président SCVB	nicolas.nguy@googlemail.com
Damien Pierrepont	I	Secrétaire SCVB	damien_le_celtic@hotmail.com
Nicolas Migny	I	Trésorier SCVB	elnikko@hotmail.com
Océane Michelot	I	Formation Ligue IdF	oceane-michelot@outlook.fr
Mathieu Amélie	I	Développement IdFSquash	secretariat@idsquash.fr
Emile Benizeau	I	Resp. Administratif FFSquash	emilebenizeau@ffsquash.com
Guillaume Coste	I	DTN adjoint FFSquash	guillaumecoste@ffsquash.com

* Action: Approuve, Révise, Informé.

1.3 HISTORIQUE DES CHANGEMENTS

Le journal des modifications suivant contient l'enregistrement des modifications apportées à ce document:

Version	Date	Auteur	Vérfié par	Approuvé par	Description
0.1	23/04/2024	R.Bassibey	S.Fauveau	S.Fauveau	Version initiale
1.0	30/05/2024	R.Bassibey	S.Fauveau	S.Fauveau	Version finale

1.4 DOCUMENTS ASSOCIÉS

Document	Description	Url
Manuel pédagogique Mini Squash (Copyright Fédération Française de Squash)	Document FFSquash	http://www.ffsquash.com/medias/fichiers/Le%20Squash/Manuel-Pdagogique-Mini-Squash.pdf
Leçons de Squash pour enfants de 4 à 6 ans	Document par âge	http://squash.rolandbassibey.net/
Ligue d'Ile-de-France de Squash	Site internet	http://www.idfsquash.fr/
Fédération Française de Squash	Site internet	http://www.ffsquash.com/

2 SPECIFICITES ET CONDITIONS

2.1 L'EFFECTIF ET L'ÂGE

Les présentes activités sont développées pour les classes de petite, moyenne et grande sections des Ecoles maternelles publiques Le Clos Fleuri et Bois Lorient de Verrières-le-Buisson et pour des enfants âgés de 3 à 6 ans.

2.2 LIEU

L'enseignement se déroule dans la salle multi-activités de l'Ecole Maternelle Publique Le Clos Fleuri, sise au 24 Rue d'Antony, 91370 Verrières-le-Buisson, ou bien sur les 4 terrains du Squash Club de Verrières-le-Buisson, sis au 54 Rue d'Amblainvilliers, 91370 - Verrières-le-Buisson (pour l'Ecole Maternelle Publique Bois Lorient).

2.3 LES CONDITIONS DE PRATIQUE

Le nombre d'élèves par atelier ne dépasse pas 8 pour permettre une qualité et une quantité de pratique suffisante.

Les balles utilisées sont choisies en fonction du niveau de réalisation des enfants. Des balles en mousse sont conseillées en tout début d'apprentissage pour aider à la lecture de trajectoires, ou des balles adaptées seront le plus rapidement proposées aux enfants pour compléter leurs savoirs faire.

2.4 MATÉRIEL

Le Squash Club de Verrières-le-Buisson fournit tout le matériel.

2.5 ENCADREMENT

La classe est placée sous la responsabilité du Professeur des Ecoles. L'enseignement du Squash est assuré par un intervenant diplômé : Roland Bassibey, titulaire d'un CQP de Moniteur de Squash. Chaque séance peut également être encadrée par un Moniteur de Squash bénévole et des parents d'élèves accompagnants.

2.6 PROGRAMMATION DES SEANCES

DATE	HORAIRES	ECOLE - SECTION	Nb élèves	Accompagnants	Envoi photos
Jeudi 07 mars	9h00-10h15	Clos Fleuri - MGS	22	3	Oui
Jeudi 14 mars	9h00-10h15	Clos Fleuri - PS	18	3	Oui
Jeudi 21 mars	9h00-10h15	Clos Fleuri - MS	18	3	Oui
Jeudi 28 mars	9h00-10h15	Clos Fleuri - MGS	20	3	Oui
DATE	HORAIRES	ECOLE - SECTION	Nb élèves	Accompagnants	Envoi photos
Jeudi 25 avril	9h30-10h45	Bois Lorient - PMS	29	7	Oui
Jeudi 02 mai	9h15-10h30	Bois Lorient - MS	26	11	Oui
Jeudi 16 mai	9h15-10h30	Bois Lorient - GS	25	7	Oui
Jeudi 23 mai	9h15-10h30	Bois Lorient - GS	24	6	Oui
Jeudi 30 mai	9h15-10h30	Bois Lorient - PS	28	8	Oui

3 OBJECTIFS

3.1 OBJECTIFS GÉNÉRAUX

Contribuer au développement des capacités physiques et sportives des enfants scolarisés dans 2 Ecoles de Verrières-le-Buisson, par la pratique du Squash.

Faire découvrir l'activité aux enfants grâce à des exercices adaptés et aux approches multiples du Squash :

- Une approche ludique : Les exercices d'une séance sont tous organisés sous forme de jeux simples et variés.
- Une approche éducative : Pour l'enfant, le Squash pratiqué va lui permettre de développer ses capacités motrices, intellectuelles, affectives et sociales, sans dénaturer le sport codifié.
- Une approche sécuritaire : L'encadrement du Squash est assuré par un adulte formé et diplômé qui veille à l'effectif approprié, au bon déroulement de la séance et au respect de l'intégrité physique des enfants dont le port de lunettes de protection est obligatoire (si jeux avec frappes de balles).
- Une approche pédagogique : Afin de garantir dans une séance le respect des trois approches précédemment citées, l'espace de jeu et le matériel pédagogique proposés au Squash sont adaptés à l'enfant, son âge et son niveau afin de lui permettre d'évoluer dans les meilleures conditions.

Les activités sont organisées autour d'exercices adaptés pour :

- Améliorer les différentes habiletés.
- Améliorer la diversification du rythme des actions motrices.
- Augmenter l'acquisition d'habiletés motrices et l'apprentissage d'un grand nombre de techniques de base.
- Vérifier les dispositions pour l'endurance.
- Stimuler le besoin d'initiative, de responsabilisation, de justice (notion de droits et de devoirs).
- Faire apparaître le désir de compétition.
- Solliciter les aptitudes d'appréciation des trajectoires, de coordination, de prise de décision sous contraintes de temps, de dissociation segmentaire, d'équilibre.
- Faire respecter les valeurs morales du sport.
- Respecter les autres enfants et savoir se faire respecter.

3.2 DURÉE DES CYCLES

Chaque classe bénéficie d'une séance d'une heure à une heure et quinze minutes.

4 LES MOYENS

4.1 L'UNITÉ D'APPRENTISSAGE

Il s'agit de dispenser une séance d'une durée minimum d'une heure pour chaque classe concernée : de la petite à la grande section de maternelle.

4.2 ENFANTS DU 1ER CYCLE

Pour cette catégorie d'âge, la mise en place de jeux et d'exercices à partir des objectifs poursuivis facilite la progression des enfants. Des jeux par groupes de 6 à 8 enfants seront privilégiés (Ecole Bois Lorient). A l'intérieur de chaque activité, les enfants seront tour à tour, joueurs, partenaires, observateurs.

Chaque séance s'appuie sur des exercices variés ainsi que sur le concept du Mini Squash, et s'organise comme suit :

Conception :

- Ludique (jeux, parcours, lancers, défis).
- Développement (motricité générale, découverte des espaces, des trajectoires).
- Pédagogique (matériels adaptés).
- Sécurité (lunettes obligatoires si activités avec frappe de balle, effectifs sur le terrain).

Nombre de séances : 4 à l'Ecole du Clos Fleuri, 5 pour l'Ecole du Bois Lorient.

Durée de séance : 1H = volume horaire conseillé pour élaborer tous les thèmes du développement en 1 séance.

Effectif : 8 enfants maximum sur 1 seul terrain (Ecole Bois Lorient) => SECURITE.

Exercices :

- Salle multi-activités : 6 à 8 min par exercice.
- Courts de squash : 12 à 15 min par exercice.
- Variés : Explorer tous les thèmes de développement (motricité, trajectoires, jeux et sports associés).
- Ludiques : toujours s'assurer de la notion de plaisir chez les enfants.
- Imagés : Concrétisation de l'exercice et des conseils pour les enfants (démonstration).
- En Atelier : Répartition des enfants et du matériel.
- Sécurisés : Surveillance perpétuelle avec aménagement matériel et humain.

Le Matériel Pédagogique :

- Les raquettes pour enfant, les lunettes de protection.
- Les balles en mousse, caoutchouc mousse, de tennis de table, ballons de baudruche.
- Le petit matériel : échelle de rythme, cerceaux, cônes, tiges, plots, ...

4.3 ORGANISATION

Dès le début de la séance, les accompagnants sont désignés pour chaque court (Ecole Bois Lorient). Démonstration, auprès des accompagnants, des situations à réaliser pour chaque jeu.

Répartition en 4 groupes (1 groupe par terrain) dès le début de la séance.



L'idéal est de disposer du **même accompagnant sur chaque terrain pour toute la séance**. Cette personne, préalablement informée, accueille chaque groupe et évite un temps d'attente, facteur de dispersion. Ainsi, le groupe réalise l'ensemble des acquisitions prévues dans le laps de temps. Les parents désireux de suivre leur enfant durant toute la séance, peuvent le faire, à la condition d'avoir un même accompagnant, en permanence, sur chaque court.

Apports techniques simples limités aux éléments fondamentaux. (Exemple : prise de raquette en coup droit ou à plat, placement par rapport à la balle, postures, attitudes, disponibilité, équilibre, rythme).

Enseignants et intervenants co-animent la séance. Lors des jeux, ils servent de personnes ressources aux besoins des enfants.

Chaque groupe d'enfants doit réaliser tous les jeux prévus lors de la séance.

5 FICHES DETAILLÉES DES SÉANCES

5.1 ECOLE PUBLIQUE LE CLOS FLEURI

Orientation

La bulle

Action

Les enfants se répartissent dans la salle multi-activités après avoir fait une ronde. Avec la paume de la main, chacun fait sauter au-dessus de lui et le plus grand nombre de fois possible, un ballon de baudruche.

Evolutions

- Plus difficile: faire sauter le ballon avec la même main.
- Augmenter ou diminuer le volume du ballon selon l'enfant.

Objectif pédagogique

Améliorer son orientation par rapport à un objet dans l'espace.

Matériel

1 ballon de baudruche par enfant.



Equilibre

Le Héron

Action

L'enfant lève une cuisse à 90° et fait passer un ballon de baudruche sous sa jambe de main en main tout en conservant l'équilibre. L'enfant effectue un seul passage de ballon puis repose sa jambe.

Evolutions

Plus difficile: tenter de réaliser 5 passages de ballon en continu. Cet exercice reste compliqué pour un enfant.

Objectif pédagogique

Conserver l'équilibre tout en réalisant un geste particulier avec le haut du corps

Matériel

1 ballon de baudruche par enfant.



Coordination

Attrape-moi si tu peux!

Action

L'enfant pince un ballon de baudruche par en-dessous pour le faire bondir. Il doit le rattraper en l'air, avec ses deux mains. Il est préférable de présenter le ballon devant soi.

Evolutions

Plus difficile: changer de main pour pincer le ballon.

Objectif pédagogique

Améliorer sa coordination par rapport à un objet se déplaçant en l'air.

Matériel



1 ballon de baudruche par enfant.

Orientation

La toupie

Action

L'enfant frappe son ballon avec la paume de la main, puis après avoir tourné sur lui-même à 360°, il doit tenter de le récupérer avant qu'il ne tombe complètement au sol.

Evolutions

Plus difficile: après 5 tentatives réalisées dans le sens des aiguilles d'une montre, réaliser un enchaînement de 5 tentatives dans le sens inverse.

Objectif pédagogique

Bien orienter son corps tout en conservant un bon niveau de précision.

Matériel

1 ballon de baudruche par enfant.



Réaction

Des pieds et des mains

Action

L'enfant place ses genoux de part et d'autre d'un ballon de baudruche en le serrant. Il saute avec le ballon puis le lâche devant lui afin de pouvoir s'en saisir avec les deux mains. Il doit réaliser 5 tentatives d'affilée.

Evolutions

Plus difficile: remplacer les ballons par des balles de tennis.

Objectif pédagogique

Travailler le temps de réaction en essayant d'attraper le ballon le plus vite possible

Matériel

Par enfant: un ballon de baudruche, une balle de tennis.



Coordination

Le crêpier

Action

L'enfant se déplace avec une balle de Mini Squash orange sur le tamis et ne doit pas la laisser tomber sur un parcours de 10 mètres. La raquette est tenue d'une seule main. Si la balle tombe, l'enfant refait le parcours.

Evolutions

Plus difficile:

- Effectuer le même parcours avec une balle en mousse, plus volumineuse.
- Changer de main.

Objectif pédagogique

Développement de la proprioception et du contrôle de la raquette.

Matériel



Par enfant: une raquette, une balle de Mini Squash orange et une balle en mousse de 6 à 8 cm.

Coordination

Le bowling

Action

2 enfants se tiennent à 3 ou 4 mètres, l'un en face de l'autre, avec 2 cônes placés entre eux. Ils font rouler une balle de manière à ce qu'elle passe entre les cônes. Le but est de réaliser le plus de passages d'affilée en conservant une cadence régulière. Les enfants peuvent s'agenouiller ou faire une fente pour lancer et réceptionner la balle.

Evolutions

Plus difficile: réduire l'espace entre les cônes et éloigner les enfants entre eux.

Objectif pédagogique

Développement de la proprioception et du contrôle de la balle.

Matériel

Pour 2 enfants : 2 cônes et 1 balle en mousse.



Coordination

La grenouille

Action

Le moniteur et les accompagnants font rebondir plusieurs balles sur le plancher. L'enfant doit essayer d'enfermer une balle dans le cône avant qu'elle n'ait cessé de rebondir.

Evolutions

Plus difficile: faire rebondir la balle de plus en plus loin et de plus en plus haut.

Objectif pédagogique

Améliorer sa coordination « main-œil » par rapport à un objet se déplaçant sur le plancher.

Matériel

6 à 10 balles de ping-pong et un cône en plastique par enfant.



5.2 ECOLE PUBLIQUE BOIS LORIOT

5.2.1 Terrain N°1

Haute et basse

Le Gardien du Mur

Les enfants enchaînent des lancers de balles vers le mur frontal :

Les lanceurs se placent à 4m du mur frontal (**petite et moyenne sections**) ou derrière la ligne médiane (**grande section**) avec une réserve de balles en mousse. Le gardien protège ses buts avec 2 raquettes.

Les enfants lancent les balles par-dessus l'épaule (grande section). Dès que la réserve de balles est épuisée, le meilleur marqueur a gagné et l'on change de gardien de but.

L'accompagnant adulte peut assumer le rôle du gardien de but.

Objectif pédagogique

Appréciation de la trajectoire haute et interception.

Adresse dans le lancer.

Matériel

2 supports et 2 piquets, 2 raquettes et une paire de lunettes, une réserve de balles en mousse.



5.2.2 Terrain N°2

Déplacement et Equilibre

Parcours

Les enfants enchaînent un parcours en associant les exercices de déplacements et d'équilibre suivants :

le « Labyrinthe » : progresser en pas chassés entre des piquets.

le « Passage Piétons » : passage en levant les cuisses entre les barreaux d'une échelle.

le « Pas de Patineur » : passage rapide en pas nordique dans des cerceaux.

le « Serpent » : passage rapide entre les coupelles.

Evolutions : parcours avec raquette, puis avec une balle posée sur la raquette (**« Le Crêpier » pour moyenne ou grande section**).

Objectifs pédagogiques

Recherche d'appuis, équilibre et contrôle de la mobilité.

Placer l'enfant face à plusieurs techniques associant déplacements et équilibre sans faire tomber une balle placée sur la raquette.

Matériel

Parcours : 4 cônes pour le départ et l'arrivée, 6 piquets fixés sur leur socle le long du latéral gauche, 1 échelle de rythme, 8 cerceaux moyens posés au pied du latéral droit, 19 coupelles.

6 raquettes de mini-squash, 6 paires de lunettes, 6 balles de mini-squash orange.



5.2.3 Terrain N°3

Orientation

La bulle

Action

L'enfant se place à proximité du mur latéral. Il fait sauter au-dessus de lui et le plus grand nombre de fois possible, un ballon de baudruche.

Evolutions

- Plus difficile: faire sauter le ballon avec la même main.
- Augmenter ou diminuer le volume du ballon selon l'enfant.

Objectif pédagogique

Améliorer son orientation par rapport à un objet dans l'espace.

Matériel

1 ballon de baudruche de 20 cm de Ø par enfant.



Equilibre

Le Héron

Action

L'enfant lève une cuisse à 90° et fait passer un ballon de baudruche sous sa jambe de main en main tout en conservant l'équilibre. l'enfant effectue un seul passage de ballon puis repose sa jambe.

Evolutions

Plus difficile: tenter de réaliser 5 passages de ballon en continu. Cet exercice reste compliqué pour un enfant.

Objectif pédagogique

Conserver l'équilibre tout en réalisant un geste particulier avec le haut du corps

Matériel

1 ballon de baudruche de 15 cm de Ø par enfant.



Orientation

La toupie (moyenne – grande section)

Action

L'enfant frappe son ballon avec la paume de la main, puis après avoir tourné sur lui-même à 360°, il doit tenter de le récupérer des deux mains avant qu'il ne tombe complètement au sol.

Evolutions

Plus difficile: après 5 tentatives réalisées dans le sens des aiguilles d'une montre, réaliser un enchaînement de 5 tentatives dans le sens inverse.

Objectif pédagogique

Bien orienter son corps tout en conservant un bon niveau de précision.

Matériel

1 ballon de baudruche de 20 cm de Ø par enfant.



Coordination

Le crêpier (moyenne – grande section)

Action

L'enfant se déplace d'un mur latéral vers l'autre en jonglant avec un ballon de baudruche sur le tamis. La raquette est tenue d'une seule main. Si le ballon tombe, l'enfant refait le parcours.

Evolutions

Plus difficile: Effectuer le même parcours en marche arrière. Changer de main.

Objectif pédagogique

Développement de la proprioception et du contrôle de la raquette.

Matériel

Par enfant: une raquette, un ballon de baudruche de 15 ou 20 cm de Ø
(Le petit ballon sera plus difficile à contrôler).



5.2.4 Terrain N°4

Coordination

Le bowling

Action

2 enfants se tiennent à 3 ou 4 m, l'un en face de l'autre, sur la largeur du court avec 2 cônes placés entre eux. Ils font rouler une balle de manière à la faire passer entre les cônes. Le but est de réaliser le plus de passages d'affilée en conservant une cadence régulière. Les enfants peuvent s'agenouiller ou faire une fente pour lancer et réceptionner la balle.

Evolutions

- Plus difficile: réduire l'espace entre les cônes et éloigner les enfants entre eux ;
- Plus difficile (**grande section**) : les enfants guident la balle avec une raquette en se plaçant sur le côté.

Objectif pédagogique

Développement de la proprioception et du contrôle de la balle.

Matériel

Pour 2 enfants : 2 cônes et 1 balle en mousse.

Une raquette par enfant (**grande section**).



Coordination

La grenouille

Action

Le moniteur fait rebondir une balle sur le plancher. L'enfant doit essayer de l'enfermer dans le cône avant qu'elle n'ait cessé de rebondir.

Evolutions

Plus difficile: faire rebondir la balle de plus en plus loin et de plus en plus haut (**grande section**).

Objectif pédagogique

Améliorer sa coordination « main-œil » par rapport à un objet se déplaçant sur le plancher.

Matériel

8 à 10 balles de ping-pong et 6 à 8 cônes en plastique.

