

## Tennis de table

Ces situations ont été préparé à partir d'un document transmis par [Isabelle Manner](#).

Il a été élaboré dans le cadre du partenariat Inspection Académique du Pas de Calais-USEP-Comité départemental de Tennis de Table et a été expérimenté en stage départemental de Conseillers Pédagogiques en EPS.

### Objectifs

#### Compétences

- Participer à des activités collectives en y tenant des rôles différents et en respectant les règles.
- Manifester une plus grande aisance par affinement des habiletés acquises antérieurement.

#### Savoirs

- Envoyer la balle : Dissocier lancer de balle de la frappe pour effectuer un service réglementaire.
- Renvoyer la balle : Se déplacer pour se placer en fonction de la balle qui arrive.
- Echanger : Produire des trajectoires pour coopérer (trajectoires orientées et dosées), pour rompre l'échange (trajectoire pour gêner l'adversaire).

#### Stratégie

- Utiliser une stratégie simple pour marquer le point.

#### Attitude et méthode

- Différencier jouer avec, jouer contre,.
- Intégrer les règles fondamentales.
- Arbitrer, s'organiser en groupe.

### Situation de référence

#### But : marquer des points

#### Dispositif

- 4 élèves du même niveau ( les niveaux ont été déterminés par une situation de "qui dure gagne"), 2 jouent, 1 arbitre, 1 tient la feuille de résultat.
- Règles : 3 possibilités pour engager (en fonction du niveau des enfants) : On lance à la main, on frappe avec la raquette avec rebond ou sans rebond préalable, un service ou deux chacun.
- On marque le point quand on provoque le non-renvoi de la balle par l'adversaire, c'est à dire la balle dans le filet ou renvoyée en dehors de la demi-table opposée ; frapper une balle avant qu'elle ne rebondisse est par ailleurs une faute, dans ce cas le point est pour l'adversaire.
- Le vainqueur du match est celui qui a le plus de points au bout de 5 mn.
- Il y a donc 6 match à faire dans un groupe de 4 élèves ; chaque élève rencontre les 3 autres.
- Points attribués : gagnant = 3 pts, nul = 2 pts, perdu = 1 pt.

### Les niveaux d'habileté

#### Envoyer

- Envoi non réglementaire.
- Envoi réglementaire simple.
- Envois variés en vitesse et trajectoire.

## Renvoyer

- La frappe utilisée est unique, elle consiste à soulever la balle à partir d'un plan de raquette très proche du corps et orienté vers le haut.
- Les frappes sont plus éloignées de l'axe du corps et les plans de raquette s'orientent vers le camp adverse.
- Les placements sont ajustés par rapport aux balles qui arrivent.

## Echanger

- Les trajectoires sont très hautes (par rapport au filet et leur sommet correspond souvent au niveau du filet).
- Les trajectoires sont moins hautes, mais restent lentes ; elles sont variées en profondeur.
- Les trajectoires sont variées en vitesse et en direction.

## Stratégies

- Assure le renvoi.
- Joue sur la faiblesse de l'adversaire.
- Provoque la rupture avec différents coups.

## Niveau I

### Envoyer la balle

Effectuer une mise en jeu. Contrôler la frappe sur la 1/2 table opposée avec la raquette.

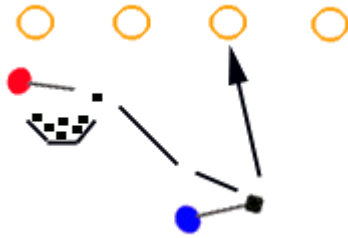
- Envoyer la balle sur la 1/2 table opposée avec la raquette :
- Laisser tomber la balle sur la table avec la main libre.
- Frapper avec la raquette et envoyer la balle sur la 1/2 table opposée.
- Travail régulier en coup droit et revers.
- Pas de relanceur mais un ramasseur à la main.

**Réussir** 3/5 pour le coup droit et le revers.

**Remédiations** : utiliser une balle mousse (simplification). S'éloigner de la table. Rebond au sol au lieu de sur la table (complexification). Renvoyer la balle : Contrôler les frappes, maîtriser les trajectoires. Renvoyer la balle sur des cibles (mur) ou zones (sol).

- Un distributeur sans raquette (5 balles par joueur).
- Lancer la balle à la main, un rebond au sol devant le joueur.
- Renvoi du joueur avec la raquette sur la cible ou la zone imposée.
- Régularité en coup droit puis régularité en revers.
- Liaison CD et R.

**Réussir** 3/5 pour le coup droit et le revers.



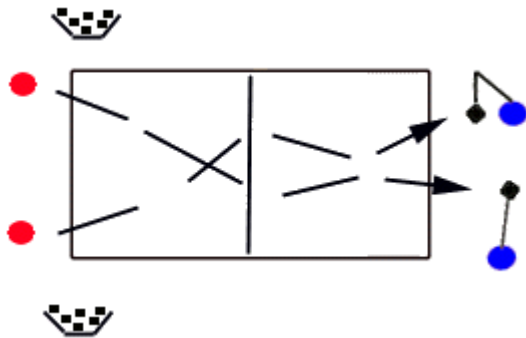
Pour ces deux exercices, le placement est libre.

Remédiations : se rapprocher, agrandir la cible (simplification). S'éloigner de la cible, diminuer la cible (complexification).

**L'échange** : produire des trajectoires coopératives. Renvoyer un maximum de balles (renvoi, simple) sur un temps donné.

- 2 équipes A et D ; B et C.
- C ou D lancent la balle à la main chacun leur tour, sur A ou B.
- Sur un temps donné, compter le nombre de renvois réussis par son équipier.

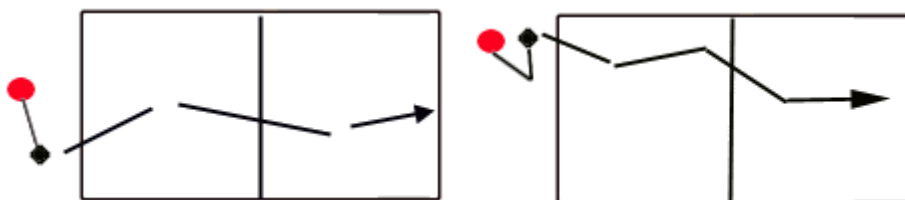
Totaliser le nombre de renvois réussis (quand la balle tombe sur la table) par élève ou par équipe.



**Remédiations** : augmenter la hauteur de trajectoire (simplification). Varier les directions d'envoi en largeur, en profondeur (complexification). Envoyer la balle : Effectuer une mise en jeu réglementaire.

- Envoyer la balle avec la raquette ; un rebond sur les deux 1/2 tables = mise en jeu ou service.
- Lancer la balle avec la main libre vers le haut et frapper la balle avec la raquette quand la balle redescend. Un rebond sur chaque 1/2 table.
- Travail en régularité en CD et en R.
- Pas de relanceur mais un ramasseur à la main.

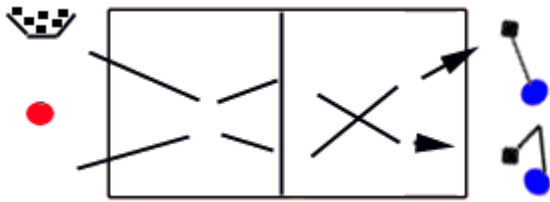
**Réussir** à 3/5 pour le CD et le R.



Pour ces deux exercices, le placement de la balle est libre. Remédiations : Utiliser une balle mousse (simplification). S'éloigner de la table. Rebond au sol au lieu de sur la table (complexification). Contrôler les frappes, maîtriser les trajectoires. Renvoyer la balle avec la raquette avec rebond sur la 1/2 table opposée.

- Distribution avec panier, sans raquette (un rebond sur chaque 1/2 table).
- Renvoi du joueur avec la raquette : Un rebond sur la 1/2 table opposée.
- Exercice de régularité en CD et en R.
- Maîtrise de la trajectoire : Je joue à droite, je joue à gauche (latérale et diagonale).

**Réussir 7/10.**



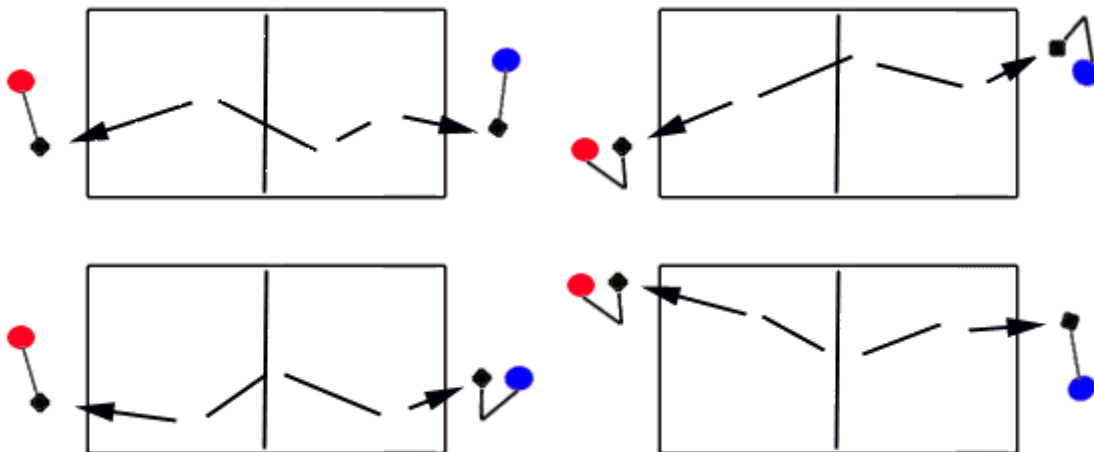
10 balles par joueur. Pour chaque exercice on peut faire jouer 5 balles à droite puis 5 balles à gauche ou alterner.

- Distribution alternée, 2 dans CD et 1 dans R. Placement libre de la balle.
- Distribution alternée, 1 dans CD et 2 dans R. Placement libre de la balle.
- Distribution de toutes les balles dans l'angle gauche (adapter pour les gauchers). Le joueur alterne le CD et le R en changeant à chaque fois ses appuis.

**Remédiations** : Utiliser une balle mousse (simplification). Modifier les trajectoires : Long, court, + vite, distribuer avec raquette.

Produire des trajectoires coopératives : perdre le minimum de balles en échange.  
Associer mise en jeu et échange.

- Deux joueurs partenaires avec raquette et une balle.
- Une mise en jeu imposée et des échanges en régularité selon une trajectoire déterminée.
- Renvoi de chaque joueur avec la raquette après le rebond sur la 1/2 table opposée.
- Faire un maximum d'échange sans mettre la balle à terre.
- Faire un maximum d'échanges sans interruption.
- Maximum d'échange en temps limité.
- où, quelle table fait le plus d'échanges ?



**Remédiations** : utiliser une balle mousse (simplification).

S'éloigner de la table avec éventuellement un rebond au sol (complexification).

Rompre l'échange : réussir le point sur le premier envoi. Surprendre l'adversaire sur le service.

- Un serveur et un relanceur en opposition.
- Le joueur en opposition doit simplement stopper la balle avec sa raquette après le rebond sur sa 1/2 table : Aucune action sur la balle.
- Compétition entre deux joueurs : 10 services chacun.
- L'opposition ne touche pas la balle = 2 pts.
- L'opposant touche la balle avec la raquette mais la balle ne touche pas le côté opposé = 1 pt.

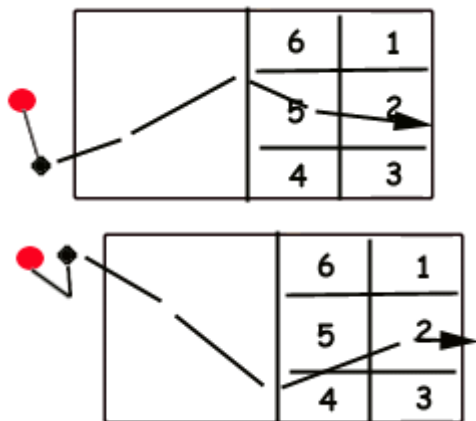
- La balle revient dans le côté du serveur = 0 pt.

## Niveau II

**Envoyer la balle** : effectuer une mise en jeu intentionnelle.

**Service** : précision du placement de la balle (2ème rebond).

- Travail avec panier de 12 balles : 12 en CD et 12 en R.
- 6 zones marquées par des feuilles de papier sur la 2ème 1/2 table : Zones longues, zones courtes.
- Placement de la balle imposé ou programmé (numérotation des zones).
- Evaluation sur 6 services imposés, 1 pt par feuille touchée. Les 6 services sont imposés dans le désordre.
- Evaluation en CD et en R : 4/6.



**Remédiations** : augmenter la taille des cibles (simplification). Diminuer la taille et les placer aux 4 coins (complexification). Renvoyer la balle : Contrôler les trajectoires en alternant les modes de renvoi. Renvoyer la balle sur la 1/2 table opposée : Alternance des CD et R.

- Distribution sans raquette, un rebond dans chaque 1/2 table.
- Joueur = un rebond sur la 1/2 table opposée.
- Au début, renvoi libre puis placement de la balle imposée.



**Remédiations** : renvoi libre (simplification). Imposer des placements de balle : CD en ligne ou en diagonale ; R idem (complexification). Réussir le point sur le premier renvoi. Associer mise en jeu et renvoi.

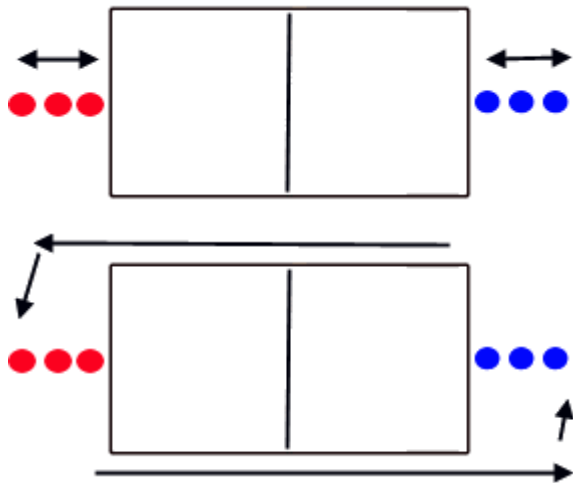
- Effectuer un service qui mettra l'adversaire en difficulté, le contraignant à renvoyer une balle facile.
- Chaque joueur dispose de 5 mises en jeu.

Attribuer un bonus si le point est marqué après le premier renvoi. Réussir le point après des échanges en coopération : Marquer. Marquer le point.

- Sur un service imposé et après quelques échanges en régularité sur une trajectoire déterminée, élaborer différentes stratégies pour marquer le point : Changer de rythme, de vitesse, de direction.
- Plusieurs comptages : On change de service à chaque point, 5 services chacun, 1ère table arrivée à 15 crie "stop".

Attribuer un bonus si le point est marqué après les échanges en coopération ou dans la cible. Produire de trajectoires coopératives : Associer et déplacement. Maintenir le plus longtemps l'échange.

- La première balle est lancée à la main dsans déplacement.
- Après chaque renvoi, je cède ma place et me repositionne dans mon camp ou dans le camp opposé.
- Totaliser le nombre de renvois réussis (quand la balle tombe sur la table) par élève et par équipe.
- Ou décompte de points d'un capital donné au départ (lorsqu'on ne renvoi pas la balle).
- Quand la balle tombe, on s'immobilise afin de relancer le jeu.



**Remédiations** : trajectoires de balles hautes (simplification). Imposer des trajets (complexification).