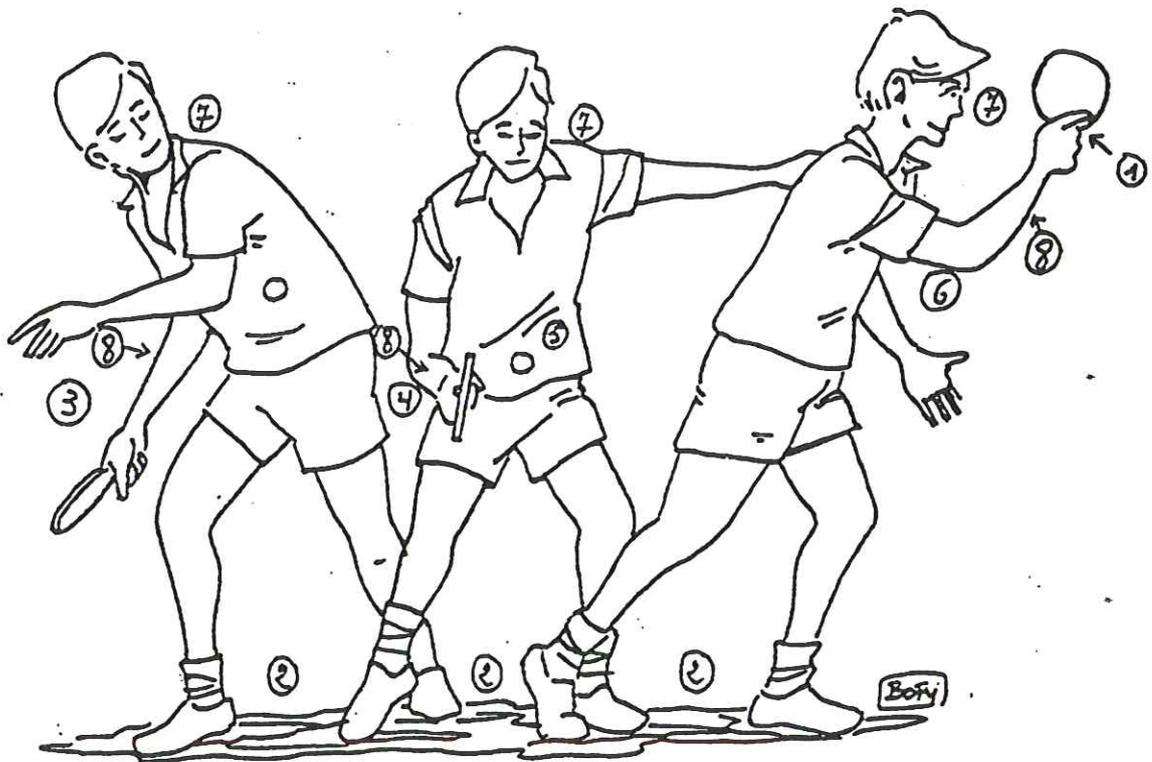


ILLUSTRATION DES PRINCIPES FONDAMENTAUX



1. La prise de la raquette
2. Des positions dynamiques
3. Préparation
4. A la rencontre de la balle.
5. Contact balle-raquette
6. Achèvement
7. Regarder la balle "avec le corps"
8. Décontraction et contraction musculaire

Annexe 1

Les formes de groupement

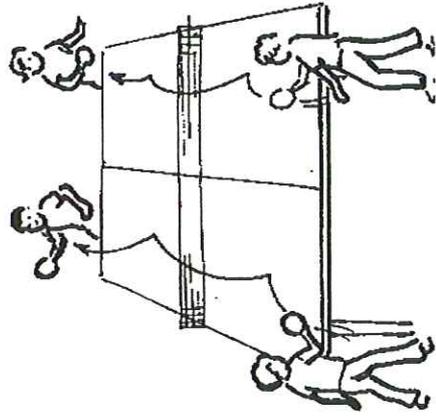
1°) Le double

Une paire d'élèves joue contre une autre paire d'élèves.

On peut utiliser cette forme de groupement pour des matchs, un exercice à thème, un renforcement technique

2°) Le double à deux balles

les élèves sont à quatre par table.



Deux paires d'élèves jouent en même temps sur la même table en utilisant une partie de la table. L'exercice peut se dérouler sur une diagonale ou en ligne droite.

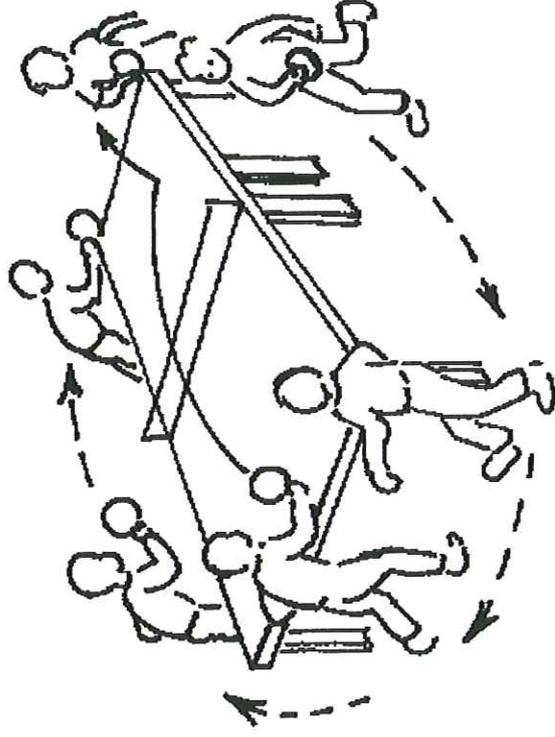
3°) La tournante

Les élèves se répartissent en deux groupes autour de la table. Après avoir joué la balle, l'élève se place l'autre côté de la table en tournant dans le sens des aiguilles d'une montre.

Les deux élèves restant jouent une finale en trois points .

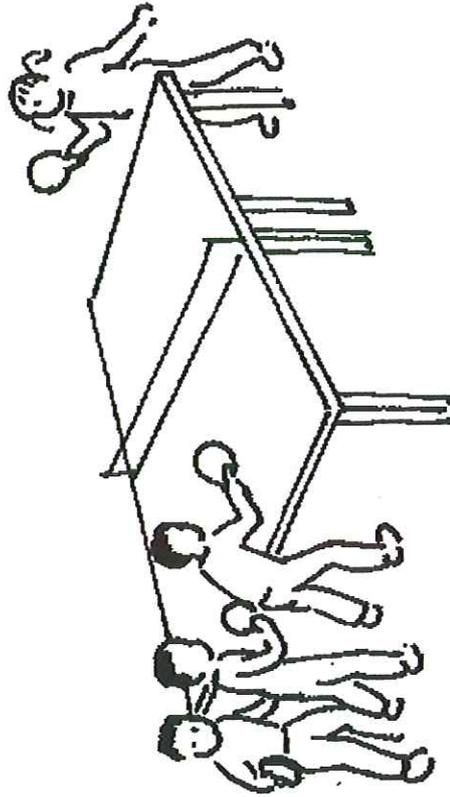
Le service s'effectue du côté du plus grand nombre d'élèves.

Les élèves éliminés peuvent laisser la raquette sur la table pour servir de cible.



4°) Le un contre trois

Un élève joue contre les trois autres successivement. Après avoir joué contre le joueur « seul » l'élève se replace en dernière position (peut également s'adapter en augmentant le nombre de joueurs de chaque côté de la table ; ex : 3 de chaque côté).



5°) Les ateliers

Exemple pour une classe de 24 élèves pour 6 tables

Les enfants sont répartis par groupe de 4 par table. Ils tournent sur les 6 ateliers avec par exemple une fiche des consignes à réaliser pour chaque atelier. Une rotation au temps peut être prévue pour que les enfants du groupe puissent tous jouer.

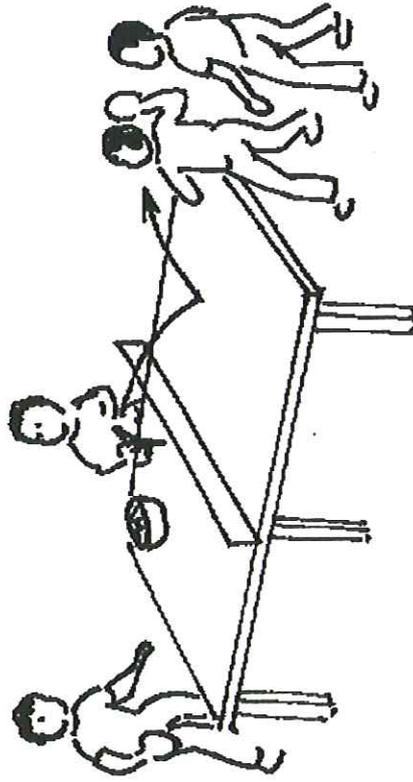
6°) Le panier de balles

La forme de travail la plus utilisée actuellement, elle permet de travailler la gestuelle et le déplacement.

Un élève est « distributeur », c'est à dire qu'il envoie les balles de l'autre côté du filet en laissant un rebond sur sa demi table avant la frappe avec la raquette.

L'autre enfant renvoie la balle avec les consignes demandées.

Cette forme de travail permet d'augmenter le nombre de balles jouées. De plus elle permet de modifier le rythme, la force, le placement, l'effet en fonction du niveau du relanceur.



7°) Le simple

2 joueurs jouent l'un contre l'autre à la table. Cependant d'autres élèves peuvent avoir des consignes telles que : arbitrer, observer, conseiller.

CONSTITUTION DE POULES

POUR N'IMPORTE QUEL NUMÉRO

Exemple Pour 8 Joueurs:

- Placez la moitié des nombres en descendant sur la page

ex: 1
2
3
4

- Placez l'autre moitié en montant sur la page

ex: 1-8
2-7
3-6
4-5

Cela devient le Tour 1.

- Pour le reste des tours, 1 demeure dans la même position tandis que chaque numéro tourne d'une position à l'inverse des aiguilles d'une montre.

	Tour 2	Tour 3	Tour 4	Tour 5	Tour 6	Tour 7
1-7	1-6	1-5	1-4	1-3	1-2	
8-6	7-5	6-4	5-3	4-2	3-8	
2-5	8-4	7-3	6-2	5-8	4-7	
3-4	2-3	8-2	7-8	6-7	5-6	

- S'il y a un nombre impair de participants, éliminez le plus haut numéro pair et remplacez-le par un X ; le dernier numéro devient ainsi vacant.

5-8 JOUEURS

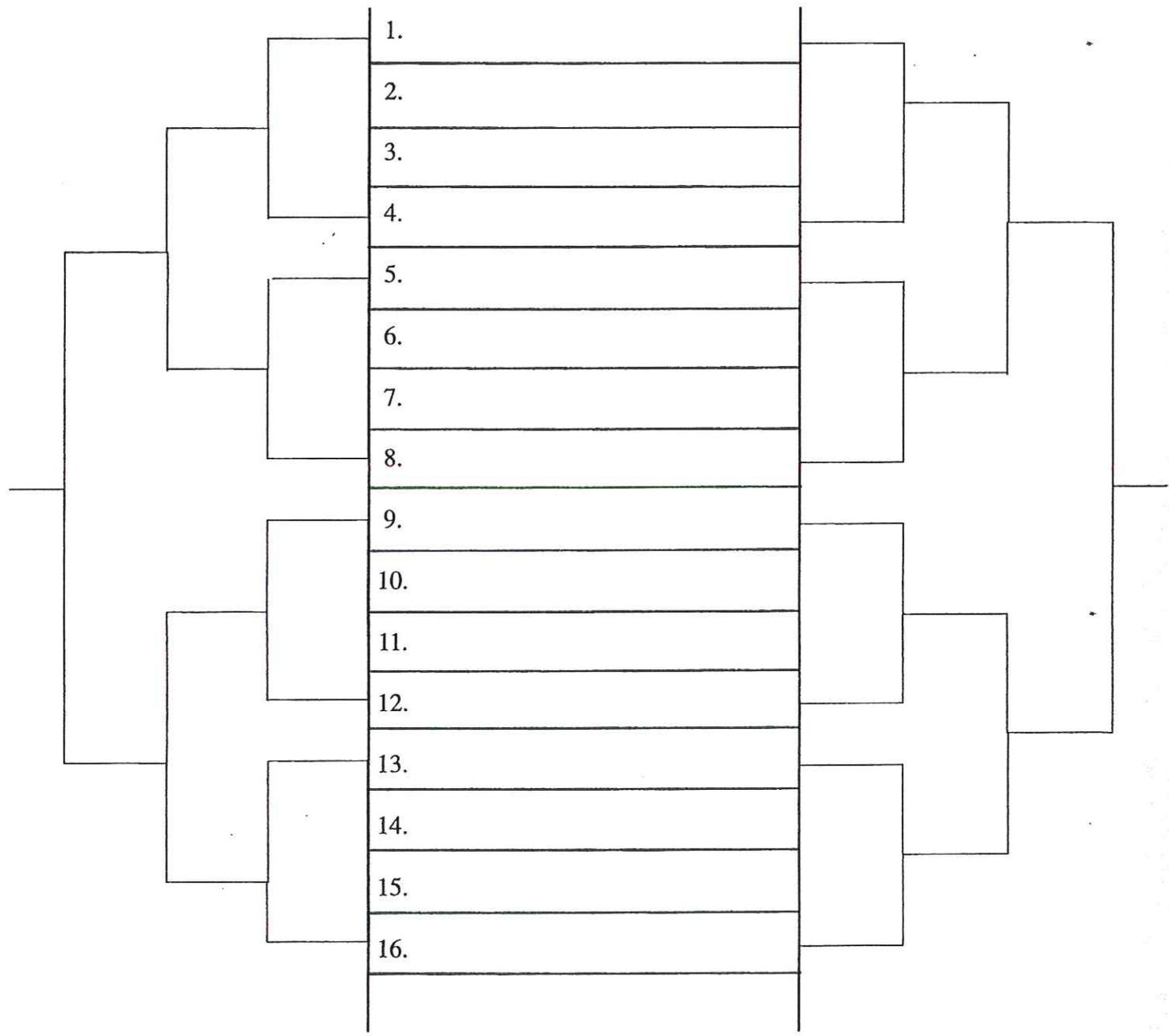
5	6	7	8
1-X	1-6	1-X	1-8
2-5	2-5	2-7	2-7
3-4	3-4	3-6	3-6
1-5	1-5	4-5	4-5
X-4	6-4	1-7	1-7
2-3	2-3	X-6	8-6
1-4	1-4	2-5	2-5
5-3	5-3	3-4	3-4
X-2	6-2	1-6	1-6
1-3	1-3	7-5	7-5
4-2	4-2	X-4	8-4
5-X	5-6	2-3	2-3
1-2	1-2	1-5	1-5
3-X	3-6	6-4	6-4
4-5	4-5	7-3	7-3
		X-2	8-2
		1-4	1-4
		5-3	5-3
		6-2	6-2
		7-X	7-8
		1-3	1-3
		4-2	4-2
		5-X	5-8
		6-7	6-7
		1-2	1-2
		3-X	3-8
		4-7	4-7
		5-6	5-6

	1	2	3	4	5	6	7	8	Totaux
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									

TABLEAU SIMPLE à éLIMINATION DIFFéRÉE

Vainqueurs vont vers la droite →

← Perdants vont vers la gauche



Les compétitions individuelles

Annexe 2 Les formes d'opposition

A partir de situations en opposition les enfants pourront mettre en place les acquis qu'ils ont appris tout au long de leur cycle d'apprentissage. La situation réelle d'opposition reste incontestablement le match. Le match est donc un outil de motivation mais il constitue un moyen d'évaluation et de confrontation.

Il existe différentes formes de compétition que nous classerons dans deux catégories :

- les compétitions individuelles
- les compétitions par équipe

1°) La « montée-descente » de table

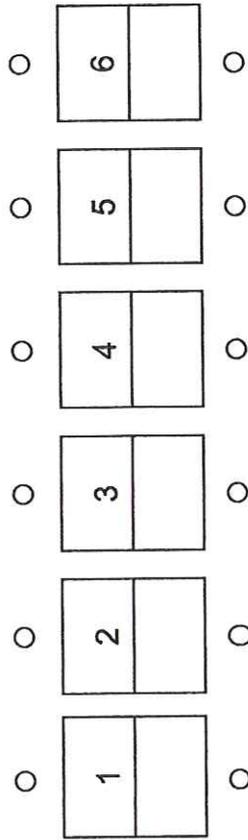
Cette forme de compétition classe rapidement les enfants les uns par rapport aux autres et permet de distinguer les groupes de niveau.

Exemple : Cas de 6 tables et 12 enfants

Les tables sont numérotées de 1 à 6.

Les élèves s'installent aux tables et disputent une rencontre dans un temps donné par l'instituteur ou sur un score de 11 points. A la fin de la rencontre l'élève gagnant monte vers la table n° 1 en passant table par table et l'élève perdant descend vers la table n° 6 en passant table par table.

Le gagnant de la table n°1 ne bouge pas et le perdant de la table n° 6 ne bouge pas



2°) Les compétitions par poule

Les enfants sont répartis dans des poules de 3 joueurs, 4 joueurs, 6 joueurs.

Poule de 3

NOMS PRENOMS	Age	CLASSE	victoires	place
1 François			1	2
2 Denis			0	3
3 Claude			2	1

	S	C	O	R	E	1	2	3
1/3 François	<u>C</u> laude	2	6	8	9	6	0	X
2/3 Denis	<u>C</u> laude	7	9	6	6	8	0	X
1/2 François	Denis	2	3	7	5	9	X	0

- 1) On souligne ou on entoure le nom du gagnant
- 2) On ne note que les scores de celui qui a perdu (puisque le gagnant a toujours 11)
- 3) On souligne ou on entoure les sets gagnés par le vainqueur.
- 3) Le joueur vainqueur fait une croix dans sa case, le joueur perdant note le chiffre 0 dans l'autre case

Poule de 4

CYCLE 3	Age	CLASSE	victoires	place
NOM PRENOM				
1				
2				
3				
4				

	S	C	O	R	E	1	2	3	4
3/4									
1/4									
2/3									
1/3									
2/4									
1/2									
3/4									

5°) Le « tournoi défi »

Les enfants se classent avec un numéro de 1 à X. Les enfants possédant le dernier numéro provoque un autre élève, on remonte les numéros progressivement en laissant le choix au plus grand nombre n'ayant pas encore d'adversaire. Si le plus grand numéro est vainqueur, les deux enfants échangent leur numéro, si le plus grand nombre est perdant, les deux enfants gardent leur numéro. donc ces résultats donnent un nouveau classement, les défis reprennent et cette fois ci c'est les plus petits numéros qui provoquent .

3°) Le tournoi individuel classement intégral

Les enfants sont placés dans un tableau en fonction de leur niveau (désignés après une montée-déscente). Chaque enfant joue sa rencontre contre son adversaire. Le gagnant progresse dans le tableau et le perdant joue dans le tableau des perdants. Cette forme de tournoi est applicable par groupes (car très longue par classe entière).

Voir fiche jointe « le classement intégral »

4°) Compétitions mixant les poules et le tableau

Les enfants effectuent des poules préliminaires.

Les premiers dans un tableau des premiers, les deuxièmes dans un tableau des deuxièmes, les troisièmes dans un tableau des troisièmes.

Exemple pour 32 enfants :

-**Première phase** : 8 poules de 4 enfants

-**Deuxième phase** : 4 tableaux de 8 enfants (les premiers de chaque poule jouent les places de 1 à 8, les deuxièmes de chaque poule jouent les places de 9 à 16.....)

Ensuite les rencontres s'effectuent selon le classement intégral *Voir fiche jointe « le classement intégral »*

Les compétitions par équipes

1°) Les matches par équipe de trois

Deux équipes de 3 enfants , une équipe A,B,C et l'autre équipe X,Y,Z

Chaque enfant A,B,C rencontre les enfants de l'équipe X,Y,Z

Voir fiche jointe « les matches par équipe de 3»

2°) La coupe Davis

Deux équipes de 2 enfants, une équipe A,B et l'autre équipe X,Y

Ordre des rencontres :

- 1^{er} simple A-X
- 2^{ème} simple B-Y
- double AB-XY
- 3^{ème} simple A-Y
- 4^{ème} simple B-X

Voir fiche jointe « la coupe Davis »

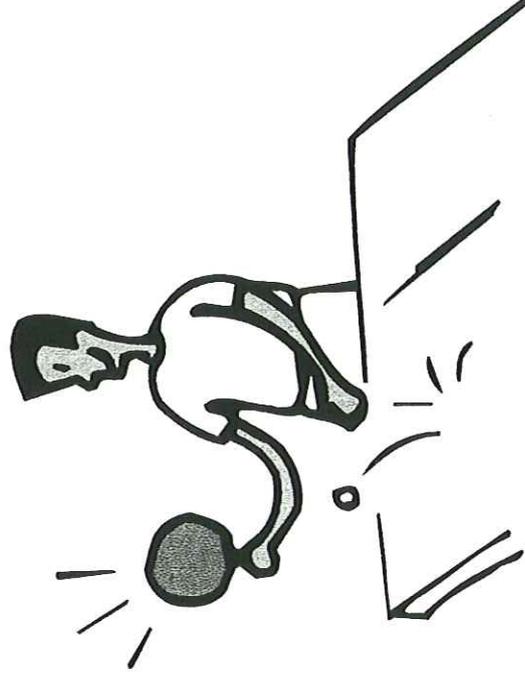
3°) Les matches à handicap

Ces matches permettent de rétablir l'équilibre des forces en donnant un handicap aux enfants les plus performants en match.

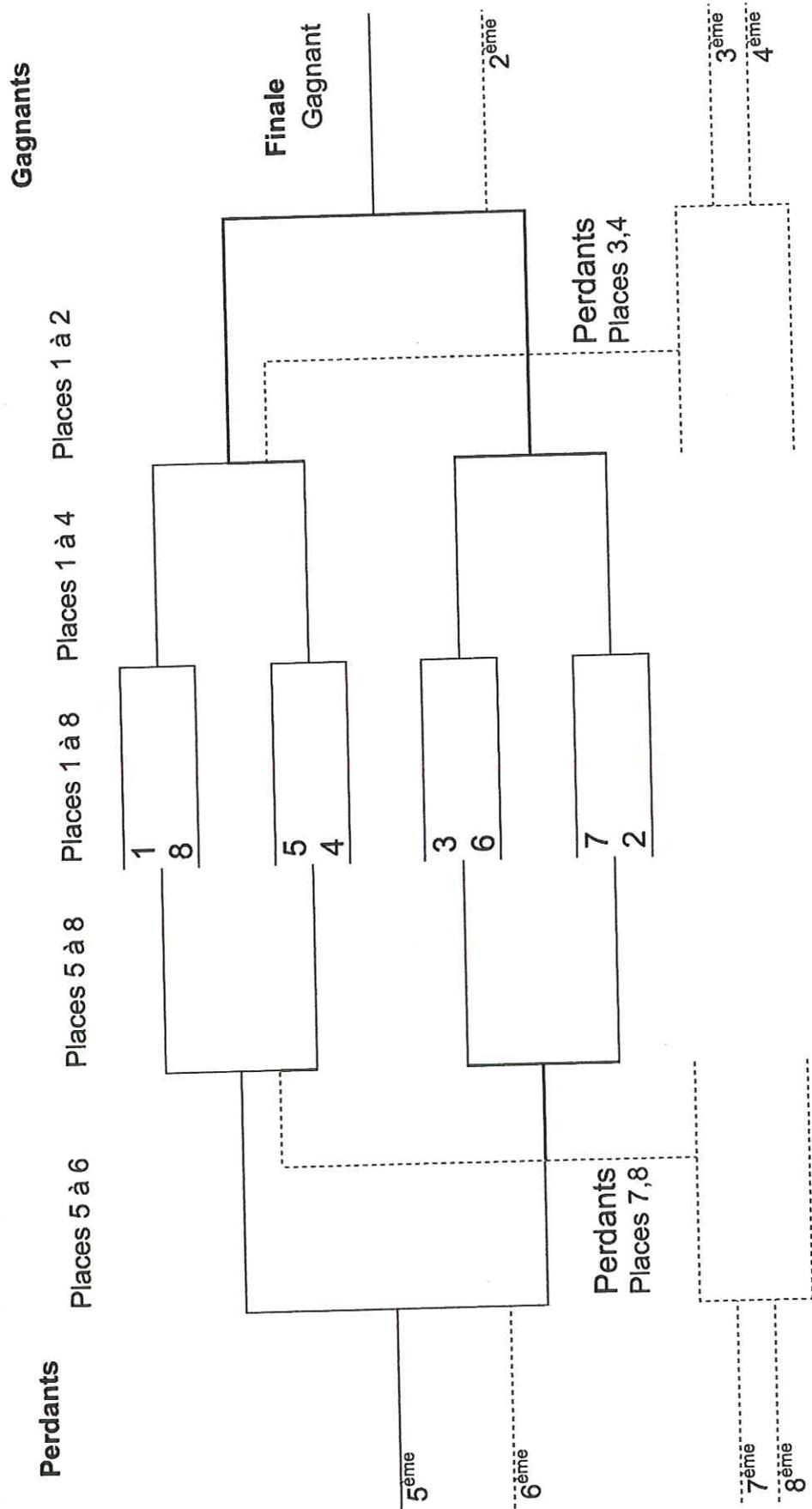
- **handicap de points** : un enfant commence avec 5 points d'avance ou un enfant démarre une rencontre par un score négatif (-5)
- **handicap de terrain** : l'enfant le plus fort ne peut jouer que sur une partie de demi-table adverse, cela permet d'améliorer la précision

et son aspect tactique à jouer dans un espace réduit.

- **handicap technique** : l'enfant le plus fort est limité dans ses possibilités d'action (ne peut pas jouer en CD)
- **handicap sur le matériel** : l'enfant possède une raquette de moins bonne qualité



Fiche : le classement intégral



**Fiche : Les matches
par équipes de 3**

Avant le début du match, l'attribution des lettres ABC et XYZ est faite par tirage au sort. Les rencontres ont lieu obligatoirement dans l'ordre indiqué.

NOM	Prénom	
		A
		B
		C

NOM	Prénom	
		X
		Y
		Z

	NOMS	Set 1	Set 2	Set 3	Set 4	Set 5	Vict. ABC	Vict. XYZ
A								
X								
B								
Y								
C								
Z								
B								
X								
A								
Z								
C								
Y								
B								
Z								
C								
X								
42								
A								
Y								

Sites didactiques TENNIS de TABLE

<http://www.symbiosetennisdetable.com/les-exercices-de-rythmes/> (Exercices)

<http://www.le-pongiste.com/tennis-de-table-techniques-base.php>

<http://www.le-pongiste.com/articles/tennis-de-table-exercices.php>

http://fr.wikipedia.org/wiki/Tennis_de_table

<http://www.tennis2table.com/entrainement/>

<http://catt-boisseuil.pagesperso-orange.fr/PageTechnique.html>

<http://www.ac-reims.fr/datice/eps/pedagogie/ttdecure/decurett.htm>

<http://netia62.ac-lille.fr/siteia62/eps/raquettes/pingpong/tentab03.htm>

<http://lesbasesdutennisdetable.blogspot.com/2009/11/preambule-comprendre-le-spin.html>

<http://www.tennis2table.com/confirme/94-le-travail-au-panier-de-balles-exemples-dexercices.html> (Panier de balles)

<http://www.symbiosetennisdetable.com/les-exercices-de-rythmes/>