

Aide pour concevoir Un cycle Tennis de table à l'école De la MS au CM2

I. Place dans les programmes : (EDUSCOL)

Cycle 1 : collaborer, coopérer, s'opposer (arrêté du 18-2-2015 - J.O. du 12-3-2015)

Coopérer, exercer des rôles différents complémentaires, s'opposer, élaborer des stratégies pour viser un but ou un effet commun.

Cycle 2 : Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel (arrêté du 9-11-2015 - J.O. du 24-11-2015)

- S'engager dans un affrontement individuel ou collectif en respectant les règles du jeu.
- Contrôler son engagement moteur et affectif pour réussir des actions simples.
- Connaître le but du jeu.
- Reconnaître ses partenaires et ses adversaires.

Compétences travaillées pendant le cycle :

- Rechercher le gain du jeu, de la rencontre.
- Comprendre le but du jeu et orienter ses actions vers la cible.
- Accepter l'opposition et la coopération.
- S'adapter aux actions d'un adversaire.
- Coordonner des actions motrices simples.
- S'informer, prendre des repères pour agir seul ou avec les autres.
- Respecter les règles essentielles de jeu et de sécurité.

Cycle 3 : Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel (arrêté du 9-11-2015 - J.O. du 24-11-2015)

- S'organiser tactiquement pour gagner le duel ou le match en identifiant les situations favorables de marque.
- Maintenir un engagement moteur efficace sur tout le temps de jeu prévu.
- Respecter les partenaires, les adversaires et l'arbitre.
- Assurer différents rôles sociaux (joueur, arbitre, observateur) inhérents à l'activité et à l'organisation de la classe.
- Accepter le résultat de la rencontre et être capable de le commenter.

Compétences travaillées pendant le cycle :

- Rechercher le gain de l'affrontement par des choix tactiques simples.
- Adapter son jeu et ses actions aux adversaires et à ses partenaires.
- Coordonner des actions motrices simples.
- Se reconnaître attaquant / défenseur.
- Coopérer pour attaquer et défendre.
- Accepter de tenir des rôles simples d'arbitre et d'observateur.
- S'informer pour agir.

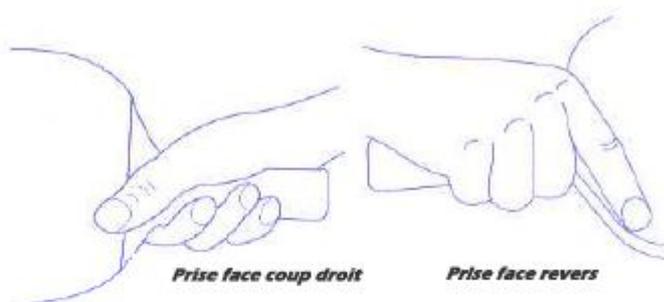
Remarque :

Le tennis de table fait partie des sports d'opposition duelle. N'hésitez donc pas à donner de la place lors de chaque séance à des situations où on compte les points, où les élèves s'affrontent.

Proposer des situations de jonglage, de maîtrise des directions etc... est bien mais ne répond pas à l'opposition ; laisser du temps pour le duel ! Ce ne sera peut-être pas toujours spectaculaire mais les enfants seront investis pour le gain du point.

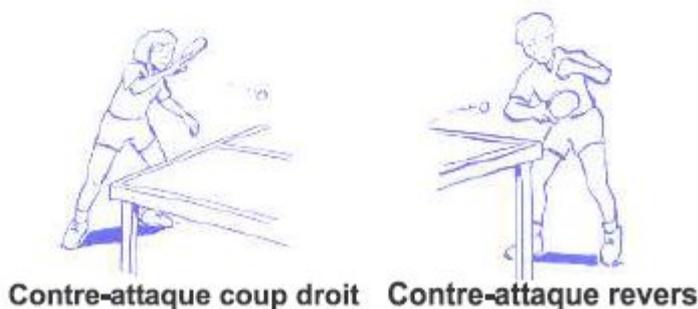
II. Propositions d'activités, de jeux

Les apprentissages de base



LA PRISE DE RAQUETTE

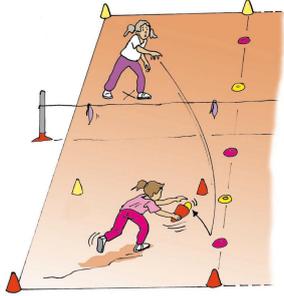
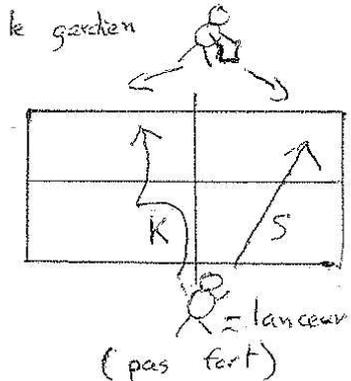
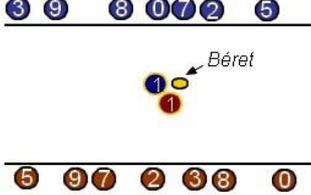
Elle doit être tenue entre le pouce et l'index au plus près de la palette en formant une pince sur celle-ci.



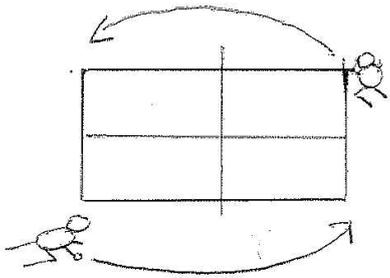
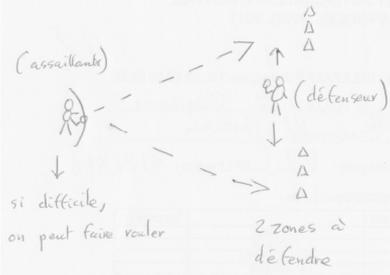
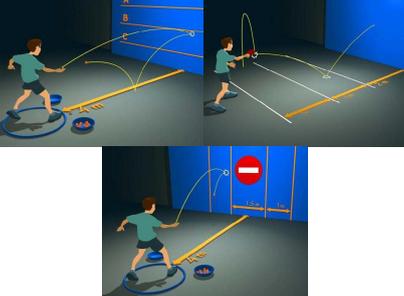
Pour les cycles 1 et cycles 2, vous trouverez dans la liste ci-dessous des situations où on a mis en place des variables simplifiant la tâche (ballon de baudruche, habileté avec des objets plats à transporter, balle roulante à la place du rebond, envoi simple et non renvoi...).

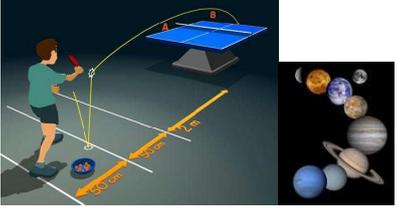
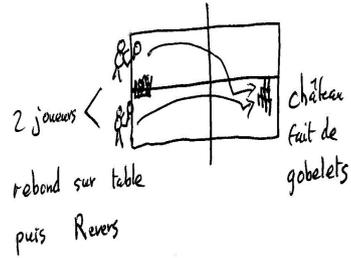
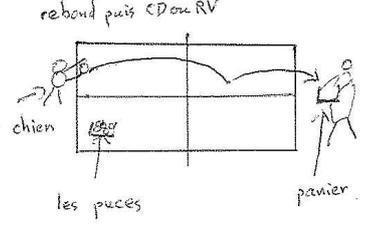
Pour les cycles 3, les situations adaptées aux cycles 1 et 2 peuvent servir de jeux d'échauffement puis essayer de passer à des situations où l'échange est mis en place.

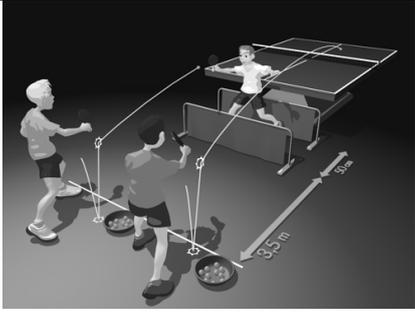
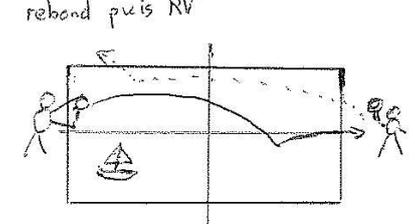
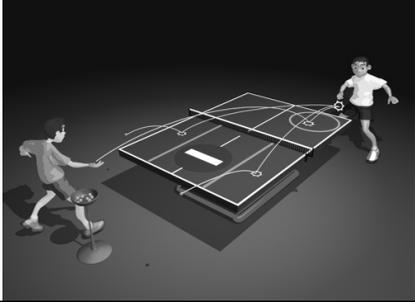
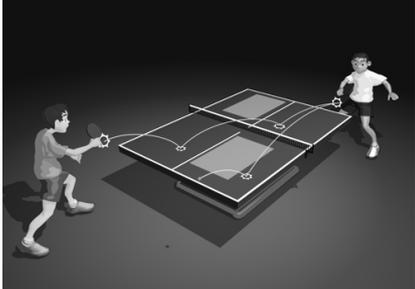
Petite liste de situations de jeux de raquettes

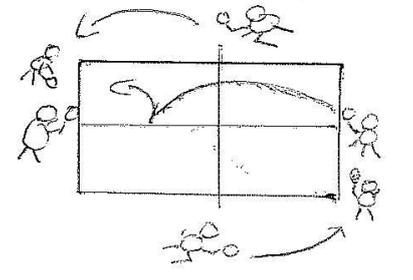
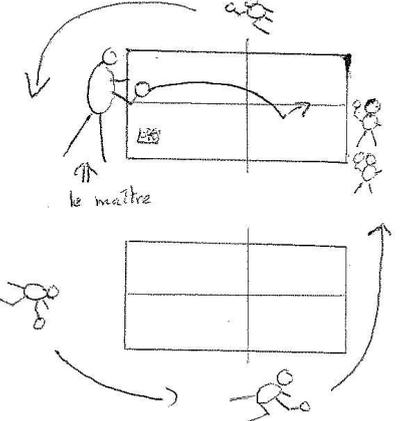
Tenue de raquette		
La cage aux oiseaux	Les enfants courent dans la salle. Au signal, ils courent en direction d'un cerceau et prennent correctement la raquette. L'entraîneur veille à ce que les enfants tiennent bien la raquette sinon ils sont éliminés.	
Lire des trajectoires		
Le marchand de glaces	« Au secours !!! La machine qui distribue les boules de glace (balles) est détraquée et envoie les boules n'importe où. Il faut rattraper la balle (la boule de glace) dans le cône ou dans un panier après un rebond sinon la glace est perdue et vous, les marchands de glaces, vous ne pourrez plus rien vendre ! » Lancer à partir de la hanche en cloche, pas trop fort.	
Le gardien du zoo (à la table)	Le gardien a oublié de fermer les grilles des cages. Les serpents s'échappent (balles envoyées roulantes), les kangourous également (balles bondissantes en cloche). Le gardien doit essayer de le rattraper avec son filet (panier). 1 lanceur / 1 attrapeur sur les 2 grands côtés de la table. <small>L.Gruetz</small>	
Habilité		
Le garçon de café	«Vous devez transporter tous les objets d'un côté à l'autre avec votre raquette. Si un objet tombe, vous devez alors rapporter l'objet au point de départ pour reprendre la course. L'enfant qui a transporté tous les objets le premier, gagne le jeu.» 1 panier avec objets (peut être plats) / 1 panier vide pour chq enfant	
Le béret	1 panier au milieu avec des objets à transporter. 2 camp pour 2 équipes, chaque joueur a un numéro et une raquette en main. A l'appel de son n°, le joueur appelé avance, va chercher un objet et revient dans son camp en posant l'objet sur la raquette. Le 1 ^{er} à rapporter dans son camp l'objet, fait gagner un point à son équipe.	

1, 2, 3... Soleil ! ping	« Une sorcière a jeté un maléfice sur le roi qui est devenu mauvais. Si vous réussissez à lui rapporter la pomme enchantée (la balle), alors il sera délivré. Mais s'il vous voit bouger, alors il vous chassera de son royaume et vous devrez recommencer au début. » Interdiction de tenir la balle. Seule la raquette est en contact avec.	
Remplir sa maison	BUT DU JEU Ramener le plus d'objets dans son carton en transportant les objets sur une raquette. RÈGLES Ne prendre qu'un seul objet à la fois.	
S'opposer		
Tir au but	« Vous allez faire un match, vous « combattre » comme au vrai ping-pong, vous allez envoyer la balle en la faisant <u>rouler</u> soit sur le sol, soit sur la table ; si votre adversaire ne la stoppe pas et qu'elle passe entre les 2 poteaux alors vous avez 1 point. »	
Tours du château	1 équipe = défenseurs (entre les 2 cercles) 1 équipe = attaquants (à l'extérieur du grand cercle). A l'aide de raquettes, les attaquants envoient des balles et doivent faire tomber les « tours ». A l'aide de raquettes, les défenseurs essaient de dévier, repousser les « tirs ennemis ».	
Les voisins	L'enfant doit envoyer le ballon de baudruche chez le voisin. Entre les enfants, il y a une séparation qui représente une clôture. Quand l'enfant fait tomber le ballon chez le voisin, il gagne un point.	
Balles brûlantes	« Les seigneurs de 2 pays s'affrontent et se lancent des boulets qui exploseront à la fin. Vous allez essayer d'envoyer les « boulets explosifs », les balles dans l'autre camp en la faisant rouler au sol à l'aide de votre raquette. L'équipe qui en aura le moins à la fin de la manche, a gagné. » Différenciation : mettre des « remparts » entre les 2 camps ; les joueurs ne feront plus rouler mais devront envoyer avec la raquette par-dessus les remparts. Conseil : utiliser des volants de badminton plutôt que des balles : ça roule moins !	

Chat / souris	<p>D'un côté de la table, une souris (la balle) ; de l'autre côté, un chat (un panier). La souris court autour de la table, le chat la pourchasse en la suivant (il ne va pas à sa rencontre). Si la souris change de sens de course, le chat doit également changer de sens de course. Derrière une ligne de fond, la souris peut être envoyée de l'autre côté de la table (rebond), l'enfant chat essaie de la rattraper avec son panier (la gueule). Envoie de la balle avant 2 tours de tables.</p> <p>Variante : jeu avec raquettes : l'enfant « souris » sert, l'enfant « chat » renvoie. On joue le point.</p>	
L'attaque des tours	<p>Au sol, un joueur « l'assaillants » envoie des balles en direction de tours situés dans 2 zones différentes. Le défenseur doit empêcher les « projectiles » les balles de toucher les tours. Il devra donc lire la direction des tirs et se déplacer.</p>	
« Au mur ! »		
	<ul style="list-style-type: none"> -Lancé main droite -Lancé main gauche -Avec la raquette -revers -coup droit (décaler les appuis) -1 rebond au sol -Sans rebond 	
Jongler		
La montgolfière	<p>L'enfant doit essayer de faire voler sa montgolfière (son ballon de baudruche), le plus longtemps possible sans qu'elle ne tombe, s'écrase au sol.</p>	
« Jacques a dit... »	<ul style="list-style-type: none"> · Jongler cd puis passer revers · Jongler de plus en plus haut · Jongler et amortir · Jongler assis, accroupi, à genoux, allongé <p>(on peut autoriser 1 rebond au sol)</p>	
A plusieurs	<ul style="list-style-type: none"> · Jongler et échanger la balle avec un autre joueur · Jongler en suivant un camarade · Course relais, une balle (= le témoin) par équipe · 1 balle pour deux, faire de 1 à 3 rebonds-une passe. 	

Envoyer		
Le marché (placement)	L'enfant doit viser 3 zones sur la demi-table adverse (coup droit/milieu/revers) où on placera des fruits et des légumes illustrés par des feuilles (exemple : les feuilles jaunes représentant des bananes, les feuilles roses des fraises, les feuilles vertes de la salade...).	
Les planètes (dosage)	L'enfant doit envoyer les balles dans le soleil (autre côté de la table) en se situant sur les planètes qui sont placées en face du soleil. Le but, viser le soleil, à partir de planètes qui sont situées de plus en plus loin. (on peut mettre au sol de vrais images de planètes)	
Le jardinier (dosage)	L'enfant (le jardinier) doit envoyer les balles (les fleurs) dans les différentes zones qui représentent son jardin, la prairie, la montagne, le monde entier. L'enfant sera situé dans un cerceau qui représente sa maison.	
L'attaque du château	2 enfants, d'un même côté de table font rebondir la balle devant eux puis l'envoient avec leur côté index (revers) vers un château constitué de gobelets. Si les joueurs sont plus habiles, on peut mettre un joueur, du côté du château, qui essaiera de renvoyer les « boulets ».	
Chien, puces et coccinelle	« Le chien (1 enfant) essaie de se débarrasser de ses puces (les balles) en leur donnant un coup de patte (la raquette) ; la coccinelle (1 autre enfant) essaie de rattraper les puces avec sa bouche (le panier) pour les manger.»	
Renvoyer		
La voiture (balle roulante)	Sur le sol ou sur une demi-table, faire passer la voiture (la balle) sur la route entre les deux trottoirs (les 2 bandes), d'abord de face, avec le dos de la main (découverte du revers), puis à côté de la table pour jouer à côté de soi (découverte du coup droit), d'abord avec la paume de la main. Ensuite avec la raquette.	

<p>L'attaque du château</p>	<p>Les 2 assaillants disposent de 10 balles chacun. Envoyer la balle au sol à l'aide de la main libre. Après son rebond, frapper la balle avec la raquette en direction de la table. Le défenseur utilise sa raquette comme bouclier pour défendre le château. Il doit se déplacer sur les remparts (bande de 50 cm de large) et essayer d'intercepter avec sa raquette les balles envoyées par les assaillants afin que celles-ci n'atteignent pas la table. Les assaillants sont situés à au moins 4 mètres du défenseur.</p>	
<p>Les pirates</p>	<p>Le joueur A (le pirate) est positionné d'un côté de la table, il laisse tomber la balle devant lui et tape la balle côté index en direction du camp adverse qui représente l'île. Le joueur B (le gardien de l'île) renvoie la balle qui représente les boulets de canon de l'autre côté du filet, dans un premier temps. Ensuite, on lui demandera de renvoyer la balle dans le camp adverse en visant le bateau qui sera représenté par des feuilles.</p>	<p>rebond puis RV</p> 
<p>Concours d'échanges (opposition coopérative)</p>	<p>Toutes les équipes (une équipe = un binôme formé par 2 joueurs présents à une même table) commencent l'échange (service) au top départ donné par l'enseignant. Chaque joueur commettant une faute fait perdre le binôme. L'équipe qui réalise l'échange le plus long gagne le point. Variante : la 1^{ère} table à 10 échanges, on ne revient pas à zéro s'il y a une faute. Les gagnants ont 1 pt mais doivent maintenant aller jusqu'à 12.</p>	
<p>Variation de la direction de la balle</p>	<p>A envoie la balle à la main dans la zone d'envoi. Les balles sont envoyées à intervalles réguliers (2 secondes). B renvoie la balle sur la table en évitant la zone interdite et alternant les renvois dans les 2 zones.</p>	
<p>Placer les balles</p>	<p>Chaque élève place un tapis (environ 50cm x 30 cm ou une feuille) sur sa 1/2 table. Les élèves font 1 match. Si 1 élève joue sur 1 tapis, il perd le point. Variante : Match dans une zone limitée à un rectangle. Si on joue dans la mauvais rectangle, on perd le point.</p>	

On embête l'autre (opposition conciliante)	Les 2 joueurs envoient la balle sur toute la table sans jouer fort. Le but étant de mettre hors de position l'adversaire juste en jouant sur le placement de balle. (être malin)	
Situations de jeux		
La tournante	5 à 6 joueurs autour de la table. Dès qu'un joueur renvoie la balle de l'autre côté correctement, il court autour de la table pour se mettre derrière ceux qui sont en face. Le jeu continue. Si le joueur ne renvoie pas correctement, il est éliminé. Quand il ne reste que 2 joueurs, ceux-ci jouent une finale.	
La tournante par équipe	Les élèves sont répartis aux tables à raison de 5 à 6 par table. 1 équipe de 3 d'un côté, 1 équipe de 3 ou 2 de l'autre. Dès qu'un élève envoie la balle de l'autre côté, il court se mettre derrière les élèves de son équipe. L'élève qui perd sort du jeu. 1 équipe perd lorsque les 3 joueurs sont sortis.	
La tournante géante	L'enseignant reste fixe d'un côté de la table, les élèves situés de l'autre côté tournent autour de plusieurs tables (on réduit le parcours au fur et à mesure que les élèves sont éliminés).	

Compétitions par équipes	<ol style="list-style-type: none"> 1) coupe Davis : 2 équipes de 2 joueurs. Chacun s'affronte + un double à jouer. 2) Relais gentlemen : 2 équipes de 2 ou 3 joueurs. Le joueur A affronte le joueur X adverse jusqu'à 10. Dès qu'un joueur arrive à 10, les 2 joueurs laissent leur place à leur coéquipier qui reprend les scores de leur partenaire. Dès qu'une équipe arrive à 20, les 2 joueurs cessent leur match. Si 3 joueurs par équipe, les 3^e joueurs s'affrontent jusqu'à 30. Soit on s'arrête là, soit on fait un double, soit on fait un double + les autres simples. 3) Equipe fixe / Equipe tournante. Une équipe dont tous les membres jouent du même côté de la salle affronte une autre équipe. Matches au temps (2 min ou 1^{er} à 7, 11 points...). On comptabilise les victoires de chaque équipe puis les joueurs de la 1^{ère} équipe restent en place à la même table, les joueurs de l'autre équipe se décalent d'une table. On joue tous les matchs jusqu'à ce que tous les joueurs d'une équipe aient affronté tous les joueurs de l'autre équipe. 4) 2 équipes / 1 seule table. Un joueur d'une équipe affronte un joueur d'une autre équipe en 3 points. Le gagnant reste en place et marque 1 pt pour son équipe. Le perdant se fait remplacer par son coéquipier. On continue ainsi en comptabilisant les victoires par équipes mais pour éviter qu'un joueur reste en place trop longtemps, au bout de 2 victoires, il doit malgré tout laisser sa place.
Compétitions individuelles	<ol style="list-style-type: none"> 1) montée / descente : On définit l'ordre des tables. Quand un joueur gagne, il monte d'une table vers la 1^{ère} table, quand un joueur perd, il descend d'une table jusqu'à la dernière. 1^{er} à 11 dit stop ; tout le monde va jusque 7 ; ou matchs au temps, du coup, tout le monde finit en même temps. 2) Idem mais à 3 par table. Chacun se joue. Le 1^{er} monte, le 3^e descend, le 2^e reste en place. En cas d'égalité, 1 victoire chacun, départage : aux points marqués, à l'âge (le plus jeune monte), ... 3) Tournoi : des « poules » où chacun s'affronte. Les 2 premiers de chaque poule s'affrontent dans un tableau final (1/4 de finales, 1/2 finales, finale), les 3^e et 4^e s'affrontent dans une consolante.

Une séance « type » de cycle 3 (on peut faire autrement !) pourrait être composée de cette façon :

1^{ère} situation : un jeu au choix d'habileté, de jonglage ou déjà d'opposition mais avec balle roulante (sans filet)

2^e situation : Thème « Envoyer / Renvoyer »

Alterner des exos ...

→ ... où on cherche le record d'échanges (2 joueurs = partenaires)

ex : Coup Droit (CD) vers le CD de l'autre

→ ... où on embête l'autre mais en jouant lentement (côté malin = viser les espaces libres) ex : on peut jouer sur toute la table lentement en cherchant à faire bouger l'adversaire, le déstabiliser.

3^e situation : Thème « servir »

selon les niveaux ou les séances

→ apprendre à servir dans les règles ;

→ diriger son service (servir avec des cibles ou des zones feuilles A4 à atteindre de chaque côté de la table)

→ varier les longueurs au service (la même chose mais avec des cibles placer près du filet et d'autres près de la ligne de fond)

Même ce travail d'apprendre à servir peut être fait en mettant les joueurs en opposition, où on compte par exemple les réussites pour voir lequel des 2 sort vainqueur de ce challenge.

4^e situation : thème « s'opposer » (on peut même supprimer une situation d'avant pour garder plus de place au duel)

Choisir un jeu parmi ceux proposés dans les compétitions par équipes ou dans les compétitions individuelles ci-dessus.