

TENNIS DE TABLE

Document FPC réalisé par M. Jeanne BOUCHER

PREAMBULE

I - LE CARACTERE ESSENTIEL DE L'ACTIVITE" Tennis de Table "

II-ANALYSE HISTORIQUE--MATERIELLE ET REGLEMENTAIRE DU Tennis de Table

III- ASPECTS STRATEGIQUES, TACTIQUES ET TECHNIQUES DU TENNIS DE TABLE

IV GRILLES DE NIVEAUX - FEUILLE D'EVALUATION

PREAMBULE

A - LE TENNIS DE TABLE DANS LE DÉBAT EPS/APS

Le tennis de table est une pratique sportive culturelle et sociale sur laquelle l'EPS, discipline d'enseignement peut se fonder pour réussir ce double enjeu : faire acquérir des connaissances à l'élève, lui faire construire des savoirs pour contribuer à la formation de sa personnalité et à son insertion dans la société.

L'objet des nouveaux programmes est d'obtenir une UNITE DE CONCEPTION concernant à la fois

- les missions et les objectifs généraux de l'EPS.
- les connaissances et savoirs à faire acquérir aux élèves et les compétences à développer chez ceux-ci.
- les bases didactiques permettant leur opérationnalisation.

Nous pouvons donc souligner les trois grands objectifs généraux de l'EPS concourant à la finalité de l'EPS (FORMER par la pratique des APSA un citoyen cultivé, lucide, autonome et responsable).

1-Accéder au patrimoine culturel constitué par la diversité des APSA et de leur formes sociales de pratiques.

2-Acquérir des connaissances et compétences nécessaires à l'entretien & la vie physique (santé).

3-Développer des ressources pour rechercher la réussite (efficacité / confiance /réalisation personnelle).

L'EPS, comme discipline d'enseignement, se fonde sur les APSA (pratiques culturelles ayant trait au corps). Mais l'EPS traite les APS et les organise en contenus d'enseignement. D'où trois notions-clefs du programme: CHOIX-SAVOIR-TRANSVERSALITE. L'enseignement devra donc construire ses interventions en pensant toujours au système d'interaction entre

- les OBJECTIFS GENERAUX de l'EPS
- les SAVOIRS PARTICULIERS mis en actes dans telles APS,
- les OUTILS METHODOLOGIQUES (ensemble des procédures pouvant aider les élèves à intégrer les connaissances et à les utiliser dans l'action).

C'est dans cette optique, selon cette philosophie de l'EPS, que nous essayerons d'aborder le tennis de table.

B-POURQUOI CHOISIR LE TENNIS DE TABLE ?

1 - Intérêt éducatif de l'activité tennis de table.

au niveau moteur et informationnel :

adaptation à des unités de référence très petites (réaction au dixième de seconde, manipulation et utilisation d'un projectile de quelques grammes déplacement dans un espace restreint) : balle légère + espace de jeu restreint + adversaire proche

Organisation et structuration très affinées de l'espace et du temps dans un milieu instable, prise d'information multiples et déterminantes : matériel, adversaire, ,soi-même, trajectoire de balle.

Exige : ADRESSE - VITESSE de perception (prise d'informations justes) VITESSE d'exécution

JOUER ADAPTE, VITE, PRÉCIS.

au niveau cognitif

sollicitation de la réflexion pour comprendre et maîtriser des situations originales complexes : lois physiques, balistique, situation-problème (stratégie et tactique).

au niveau affectif

il faut savoir gérer une situation conflictuelle d'interaction : malgré l'échec, savoir respecter les règles, accepter le résultat et l'utiliser pour formuler un PROJET, prendre des DECISIONS et S'ADAPTER.

2 - Les motivations des élèves : de nombreux élèves sont demandeurs de la 6ème à la terminale.

Pour les plus jeunes, le tennis de table (souvent appelé « ping-pong ») est une activité ludique par excellence. Ils ont une table de ping-pong à la maison et jouent en famille ou entre amis. Ils ont eu l'occasion de faire des tournois pendant les vacances en camping ou en colonie. Pour de nombreuses filles en difficulté en EPS, il leur semble que cette activité n'est pas éprouvante physiquement (nous pourrions comparer cet attrait à celui du volley-ball).Même si notre objectif sera de transformer ces représentations, elles constituent un POINT D'ANCRAGE facilitateur pour proposer l'activité lors des cycles EPS.

3 - La représentation des élèves évolue.

Avec les résultats sportifs de J.Ph. GATIEN et de l'équipe de France, le tennis de table acquiert une NOUVELLE IMAGE. Même s'il reste, comme nous l'avons vu, synonyme de détente, de loisirs, il devient de plus en plus sportif : il passe du « ping-pong » au « tennis de table » et est perçu comme pratique sportive à part entière.

4 - Les conditions matérielles.

De plus en plus d'établissements s'équipent en tables de tennis de table. Marne si l'investissement semble un peu onéreux au départ, bien respecté, le matériel vieillit bien. De plus, il apporte de nombreux avantages pratiques : ça prend peu de place, c'est une activité d'intérieur et c'est une activité qui résout bien les problèmes de mixité et de niveaux.

5 - Le problème actuel : la formation des enseignants.

Les enseignants ont rarement eu une FORMATION INITIALE en tennis de table et ne se sentent pas toujours compétents pour enseigner cette activité.

Or, comme nous allons essayer de vous le faire découvrir, lorsqu'on est motivé pour enseigner une activité, avec quelques bases essentielles, on devient vite compétent !

C- SPORTS DE RAQUETTES ET NOUVEAUX PROGRAMMES

Déclinaison des textes concernant les activités de raquette.

1. IO de 85/86:

Il n'y a rien de particulier, on parle d'activités duelles, classées dans la rubrique n°3.

"Approche des principes de ces pratiques et connaissances des règles essentielles établissant les rapports d'opposition dans un esprit sportif.

Attaque et défense; opposition et esquivé; parade

L'élève cherche, construit et adapte une réponse à l'action d'autrui.

Eléments techniques de ces différents sports.

Pratique élémentaire dans des conditions évitant les risques.

2. Programmes 6eme du 6 avril 1996 :

Compétences générales

Au plan individuel

- Identifier le but et les résultats de l'action motrice.
- Connaître les risques et les règles
- Vigilance et maîtrise des émotions
- Au plan des relations à autrui
- Volonté de vaincre
- Accepter les décisions
- Etre loyal
- En relation avec d'autres disciplines
- Avec les sciences de la vie
- Avec les sciences de la terre
- Expression Française en décrivant ses actes.

Compétences propres à différents groupes d'activités

Activités d'opposition duelle: sports de raquettes

- Se déplacer, s'organiser pour frapper et renvoyer (moteur).
- Se replacer après la frappe (moteur).
- Réaliser des frappes en jouant sur les paramètres simples des trajectoires (vitesse et direction) (moteur)

- Marquer le point en jouant sur la continuité, sur la diversité, dans l'espace libre ou sur le point faible de l'adversaire. (stratégie).

Niveau 1 en fait

En 6eme les compétences acquises doivent permettre à l'élève d'assurer la continuité du jeu et de construire, en position favorable, la rupture de l'échange, éventuellement dans des situations aménagées.

Compétences spécifiques. Document d'accompagnement.

Activités conseillées / Enjeux

Thèmes:

- Lire des trajectoires freinées pour jouer en équilibre ou en mouvement.
- Construire l'espace de jeu, à viser, à atteindre, à défendre en se déplaçant sur l'ensemble de son terrain.
- Exploiter la production de la cible libérée et libre.

Programme 5ème/4eme.Septembre 1996.

Compétences propres à un groupe d'activités.

Activités d'opposition duelle: sports de raquette :

- Combiner simultanément deux des paramètres simples des trajectoires (vitesse, direction, hauteur) dans ses frappes. (moteur).
- Instaurer une continuité dans l'échange pour marquer le point en poussant l'adversaire à la faute. (Stratégie).
- Défendre son camp, répondre aux attaques adverses en gagnant du temps (allonger le trajet et la trajectoire de la balle en jouant sur la hauteur et la longueur). (stratégie).

Niveau 2 en fait

En 5eme/4eme, à ce niveau, les compétences acquises doivent permettre à l'élève de jouer intentionnellement sur la continuité et sur la rupture dans l'échange pour marquer le point.

Compétences spécifiques. Document d'accompagnement.

Activités conseillées / enjeux

Thèmes:

- Créer et exploiter le débordement pour le gain de l'échange en exploitant les trajectoires tendues. (moteur et stratégie).
- Reconnaître les actions de l'adversaire et produire des trajectoires montantes ou descendantes en fonction du rapport de dominance pour attaquer et / ou défendre. (prise d'information et tactique).
- Reconnaître et exploiter les points faibles de l'adversaire dans son volume de frappe; établir une relation entre des effets produits et les circonstances de leur apparition. (prise d'information cognition).
- Exploiter tout le volume de jeu (surface, hauteur,) pour provoquer le non renvoi de l'adversaire. (moteur et tactique).

Programme 3eme du 15 octobre 1998.

Compétences propres à un groupe d'activités.

Activités d'opposition duelle: sports de raquette.

Le législateur envisage deux cas

+ de 20 heures de pratique se traduisant par perception et prise d'initiative, variation des trajectoires.

- - de 20 heures se traduisant par la réalisation de l'anticipation/coincidence, la réalisation de frappes et assurer la continuité du jeu.
- Dans tous les cas, il s'agit de réaliser des actions intentionnelles destinées à déstabiliser l'adversaire et de prendre en compte l'évolution du rapport de force pour gérer le match.

Compétences spécifiques. Document d'accompagnement.

Il n'y aura pas de document d'accompagnement; les compétences spécifiques ne pouvant

pas se décliner à l'infini.

Programme lycée - B.O. n°6 du 12 août 1999.

Compétences propres à un groupe d'activités.

Deux types de compétence sont proposées

- L'efficacité personnelle. Conduire un affrontement et obtenir le gain d'une rencontre. Ex: réaliser des frappes / informations prélevées. Maintenir ou changer de stratégie en fonction de l'adversaire. Maintenir une distance entre soi et l'adversaire afin de garder le contrôle de l'échange.
- L'équilibre personnel. Contrôler son engagement dans l'action. Réguler ses émotions. Se fixer et conduire un projet personnel. Développer des attitudes et des conduites citoyennes.
- Les activités de raquette sont utilisées selon les apports spécifiques recherchés.

Il n'y a pas de compétences spécifiques.

Nouveaux programmes 2000. (B. O. n°6 et 7 du 31/08/2000).

Finalités.

Comme toutes les disciplines, l'EPS participe aux missions du Lycée - Accès au patrimoine culturel. - Développement des capacités de jugement. - Acquisition de savoirs fondamentaux.

Dans ce cadre, l'EPS a pour finalité de former. par la pratique des APSA, des citoyens cultivés, lucides, autonomes.

Objectifs.

L'EPS, de par ses spécificités, a un apport particulier, original et irremplaçable à la formation générale.

Elle permet à l'élève de se confronter aux APSA pour enrichir et élargir ses connaissances, ses compétences, ses savoirs et ses aptitudes.

A partir de ces finalités et objectifs énoncés, les principes d'élaboration des programmes permettent d'articuler les connaissances et compétences que l'EPS se doit de faire acquérir aux élèves.

Vous trouverez dans ce document ce qui constitue le caractère essentiel du tennis de table et qui vous permettra de concevoir et de décliner l'enseignement du tennis de table jusqu'aux contenus d'enseignement.

L'entrée se fera par la composante culturelle . Ici, l'enjeu culturel et didactique de chaque APSA sera déterminé par les règles constitutives et les codes régissant chaque APSA.

C'est pourquoi vous trouverez dans ce document une analyse historique, matérielle et réglementaire qui, au-delà de la simple description, vous permettra de mieux comprendre les problèmes auxquels se trouvent confrontés les élèves lors de la pratique du tennis de table et vous donnera des pistes didactiques (adaptations de l'environnement pongiste et propositions de variables didactiques) issues de l'analyse de cette activité culturelle qu'est le tennis de table et qui, comme toute activité culturelle s'est construite et se construit progressivement par influence constante de l'activité des hommes (ici les joueurs) et de celle de la société (ici représentée par les fédérations).

Concernant le tennis de table, l'entrée culturelle se fera prioritairement par le pôle < coopérer et s'affronter individuellement et collectivement >.

La confrontation au tennis de table permettra de diversifier et enrichir les **4 types de connaissances** définies par les programmes qui sont :

Les informations :

Connaissances des APSA (réglementaires, historiques, sociales).

Connaissances liées au fonctionnement du joueur (d'ordre physiologique, anatomique et psychologique).

Connaissances plus transversales concernant les relations entre le tennis de table et les autres APS (Ex : placements/déplacements/replacements comme en volley-ball et dans les autres sports de raquettes; utilisation des bras de leviers comme en lancers ; tactiques et stratégies comme dans les autres sports de raquettes ; Prises d'informations et décisions adaptées comme dans toutes les APS où l'élève doit comprendre et agir en adaptation constante au milieu humain, matériel et environnemental. En faisant plus largement référence aux autres disciplines (Exemples en SVT (types d'efforts et ressources sollicitées en TT ; en Sciences Physiques (analyse des trajectoires de balle en fonction des coups utilisés) ; en Histoire (évolution du TT en tant qu'activité sociale).

Les techniques et tactiques :

pour que les élèves puissent les utiliser judicieusement.. vous trouverez un chapitre sur les aspects stratégiques, tactiques et techniques du tennis de table ainsi que la terminologie de mots couramment utilisés dans le vocabulaire pongiste.

Les connaissances sur soi. :

Elles sont issues de l'action. Elles s'acquièrent par l'expérience et le guidage. Elles permettent une réflexion sur sa pratique.

Le chapitre consacré aux critères de réalisation permet de les aborder.

Les savoir-faire sociaux :

Ils concernent la relation que l'élève entretient avec le groupe à l'occasion de la pratique du tennis de table (connaître et utiliser les règles / entraide / observation / respect du matériel et des autres / communication / attitudes / rôles sociaux).

Des exemples en tennis de table seront donnés dans un prochain article sur « EPS et citoyenneté ».

Mais, la confrontation au tennis de table impliquera et permettra l'acquisition de méthodes, attitudes et démarches réflexives. Il faudra alors définir les outils utilisés pour offrir aux lycéens la possibilité d'accéder aux savoirs permettant de se mettre en projet, de se « construire » un équilibre et de favoriser un développement à plus long terme.

Par la pratique du tennis de table entre autres, il faudra aider l'élève à construire 4 types de compétences méthodologiques :

- Se connaître et utiliser les autres connaissances pour s'engager lucidement dans la pratique.

En TT, il s'agira plus particulièrement de connaître son profil psychologique, physiologique et affectif pour se trouver une stratégie de jeu et connaître ses capacités (son répertoire moteur utilisable) pour choisir la tactique la plus adaptée.

- Se fixer et conduire de façon de plus en plus autonome un projet : Ici, il s'agit principalement d'un projet de construction du point, d'acquisitions techniques ou d'entraînement (automatisation / diversification).

En TT, il s'agira de connaître ses points forts pour les utiliser de façon privilégiée et ses points faibles pour éviter que l'adversaire les utilise en situation de jeu. Il faudra aussi approfondir ses points forts et améliorer ses points faibles lors de séquences d'apprentissage spécifiques.

- Mesurer et apprécier les effets de son activité.

En tennis de table, il faudra apprendre aux élèves à observer le jeu de joueurs de même niveau et de niveaux plus élevés pour apprendre à prélever des informations essentielles pour la construction du point et voir les différentes tactiques et stratégies utilisées par les joueurs (co-évaluation / management). Ce recul (observer sans jouer) est d'autant plus important en tennis de table que le rythme de jeu est très élevé et la demande attentionnelle si importante que l'élève a du mal à tout faire en même temps (regarder / traiter l'information / décider / choisir et réaliser un coup technique adapté).

Il devra aussi analyser sa propre prestation à l'issue d'une manche, d'un match ou une rencontre.

Pourquoi j'ai gagné/perdu ? Comment faire pour battre mon adversaire ? Quels sont ses points forts, ses points faibles, son système de jeu ? ...

Se confronter à la construction et l'application de règles de vie de fonctionnement collectif .

Concernant les annexes des programmes pour la classe de Seconde, en TT, le niveau des élèves est repéré comme suit :

Se prépare et recherche le contrôle du placement de ses balles tout en utilisant des actions de frappe pour gagner ses matches. Dans une opposition à son niveau ou lorsqu'il n'est pas en difficulté dans l'échange, l'élève a intégré une mise à distance et un contrôle suffisants pour intervenir sur le rapport de forces par des placements de balle variés et des accélérations sur des balles favorables.

La situation de référence proposée est la suivante

Disputer 3 matchs au moins en simple (poule de 4) en 2 manches gagnantes de 15 points (ou une de 21 points avec changement de côté à 11 points). Cette modalité doit être assez longue pour se relâcher et se trouver en conditions favorables. Entre chaque manche, possibilités d'aide grâce à des observations extérieures pour mieux répondre au rapport de forces.

Dans cette fiche sont décrites les connaissances déclaratives (informations) et procédurales à faire acquérir aux élèves.

Rappel: Les IO du lycée 16-03-1986.

Correspondance entre ces propositions et les IO

- Se connaître
- Connaître les autres
- Connaître les APS

2nde :

Diversification d'éléments techniques plus élaborés caractérisant les rapports d'opposition en attaque comme en défense (contre-attaque, contre riposte, anticipation, feinte).

Pratique plus structurée intégrant les facteurs de sécurité.

1^{ère} et terminale :

Préparation à différents modes de pratique allant de la compétition à des activités d'entretien et de loisirs (tournois, rencontres, organisation...).

I - CARACTERE ESSENTIEL DE L'ACTIVITE « TENNIS DE TABLE ».

A- DEFINITION DES " SPORTS DE RAQUETTES " :

Activités sportives codifiées (c-à-d. réglementées) qui consistent en un DUEL entre deux joueurs médié par une raquette et un mobile (la balle).

D'où CARACTERE ESSENTIEL de l'activité (cf définition du groupe de pilotage)

Maîtriser des STRATEGIES INDIVIDUELLES (ou collectives en double) dans le cadre d'un RAPPORT DE FORCES EQUILIBRE nécessitant des CHOIX pour obtenir le GAIN DU MATCH.

D'où 5 éléments essentiels pour entrer dans l'activité

- Etre 2 (ou 4)
- En situation d'affrontement réciproque (continuité des actions d'attaque et de défense)
- médié par un engin (balle - raquette)
- Pouvant se déplacer dans un efface défini et limité (# tennis, badm., TT, squash, table/ aire de jeu)
- Selon un règlement explicite (arbitre, conditions de gain de points, du match, de la rencontre).

D'où L'OBJECTIF de l'activité :

Mettre l'adversaire dans l'impossibilité de renvoyer la balle. Ceci se caractérise, par une MOTRICITE spécifique au service d'INTENTIONS tactiques et stratégiques.

D'où la NOTION de MARQUER LE POINT :

Ceci constituera l'ENTREE dans l'activité.

DESEQUILIBRER l'adversaire sans se laisser DESEQUILIBRER tout en RESPECTANT l'adversaire.

CIBLE MOBILE (la balle)

B- PROBLEMES FONDAMENTAUX RENCONTRES

Le caractère essentiel de l'activité « Tennis de Table » amène le joueur à se confronter 2 TYPES DE

PROBLEMES FONDAMENTAUX

1 - **L'interaction entre 2 joueurs** signifie qu'il faut A LA FOIS attaquer, défendre et prendre des informations pour préserver ou rompre l'équilibre du rapport de forces.

2 - De plus, cette interaction est **MEDIÉE par du matériel** (raquette, balle, table).

Ceci nécessite de maîtriser le mobile (trajectoires), de maîtriser le contact balle / raquette pour varier la trajectoire de viser une cible (table, filet).

Pour résoudre ces problèmes, le joueur va devoir faire appel à trois types de composants

- les composants techniques : Avoir un répertoire technique VARIE ET EFFICACE. Acquérir des habiletés motrices spécifiques.
- les composants tactiques : S'appuyer sur les 5 caractéristiques spatio-temporelles en fonction de ses intentions tactiques Régularité, -Placement -force ---vitesse --effets .
- les déplacements : _déplacement/placement/replacement.

L'élève va devoir construire trois types de savoirs essentiels

1) savoir gérer le temps et l'utiliser : il faut anticiper sur les retours de l'adversaire en fonction du rapport des forces dans l'échange (notion de joueur dominé / dominant)

2) savoir gérer l'espace et s'adapter : il faut choisir une trajectoire de balle en fonction du rapport de forces dans le but de tenter de maintenir, déséquilibrer ou rompre l'échange (notion de continuité / rupture de l'échange)

-> savoir jouer régulier, placé, vite, fort, avec effet.

3) savoir se déplacer : --> savoir se déplacer/se placer/se replacer au service d'une frappe de balle (être équilibré lors de la frappe)

C - MODELE D'ACTIVITÉ TERMINALE (les connaissances visées)

1- IDENTIFIER : s'informer pour utiliser des techniques tactiques et déplacements judicieusement choisis.

- utiliser le répertoire moteur pour MARQUER 1.E POINT en fonction de la situation

- (dominant / dominé), - savoir jouer sans la balle (placement / déplacement/ replacement : mobilité - savoir analyser la trajectoire de balle (prise d'informations sur le joueur adverse et sur la balle)

- pour anticiper (avancer sur la balle, la prendre au sommet du rebond) - comprendre les principes bio-mécaniques, -savoir différencier balle qui vient / balle qui va (ne pas seulement RÉAGIR mais AGIR),

- savoir produire des trajectoires de balles variées en fonction du RAPPORT

DÉFORCE

- (notions de continuité / rupture dans l'échange), - savoir créer de L'INCERTITUDE (changement de rythme, placement de balles, effets...),

- savoir S'ADAPTER à l'adversaire et moduler son projet d'action (forces, faiblesses),

- savoir ANALYSER le rapport de forces (différencier la situation où l'on est dominé / dominant

- / en équilibre) pour ROMPRE l'échange directement ou indirectement plus tard).

- ou CONTINUER (PRENDRE DES DÉCISIONS)

2- RÉALISER : connaissances techniques et tactiques.

- enrichir le répertoire moteur, - savoir tenir sa raquette, - contact balle / raquette : savoir coordonner le plan du corps, de la raquette et de la balle,

- produire des trajectoires de balles variées (savoir gérer l'espace),
- savoir se déplacer, se replacer (savoir gérer le temps), s'équilibrer,
- construire des systèmes d'attaque, en résumé, se construire un bagage technique (coup droit / revers, effets, vitesse, placement, coups forts, services)

3- GERER : connaissances sur soi et savoir-faire sociaux.

- savoir formuler un PROJET D'ACTION, - savoir assumer les différents rôles (joueur arbitre «manager » / observateur, juge-arbitre),
- accepter la défaite et la rendre constructive, savoir gérer l'échec (respecter les règles),
- savoir gérer la sécurité et le risque : PRENDRE DES RISQUES CALCULES,
- savoir se concentrer et rester calme.

II -ANALYSE HISTORIQUE, MATERIELLE ET REGLEMENTAIRE DU TENNIS DE TABLE.

L'évolution du jeu est directement liée à l'évolution des règlements, des matériaux et des techniques qui eux-mêmes sont liés à l'évolution des rapports de forces (et réciproquement.).

A. ANALYSE HISTORIQUE

Au-delà d'une simple narration historique, nous tenterons ici d'analyser les « moments-clé » de l'évolution du TT et des joueurs pour comprendre l'évolution des élèves confrontés à l'activité et leur proposer des situations basées sur des aménagements matériels, réglementaires et techniques leur permettant de progresser. Les moments-clé

1 -1872 :officialisation du TT

1890 :utilisation de la balle en Celluloïd.

--> Ces découvertes permettent d'adapter le jeu de tennis à des espaces plus restreints (la table qui se différencie de l'aire de jeu.)

2 -1902 :Apparition des revêtements en caoutchouc.

Le filet est encore une planche rudimentaire séparant 2 territoires.

-> Cet ensemble rudimentaire provoque un bruit caractéristique produit par le contact successif de cette balle avec la raquette et la table. D'où le surnom de « ping-pong ».

3 -1920 : Ce jeu, grâce à la ferveur populaire, se constitue véritablement en sport.

-->A cette date débutent les premiers tournois et championnats nationaux et internationaux.

1926 :création de l'ITTF.

1927 :création de la FFTT.

-> Le 1er souci de l'ITTF fût d'unifier les règles du jeu.

Dès cette date, nous voyons que le progrès général du jeu est souvent dû à l'évolution des règlements.

Dès 1926, cette évolution des règlements a permis d'enrayer le jeu passif : 2 records significatifs à ce sujet

- Prague 1936 : HAGUENALIER(fr.) contre GOI-DBERGI,'R(rou.) jouèrent

durant 7H30. Le jury interrompit le jeu et désigna le vainqueur par tirage au

sort ! (le Roumain gagna.)

- Prague toujours : FANETH(rou.) et EI-IRI,IC11(pol.) totalisèrent 2H12 pour

marquer

- 1 point !

- L'ITTF diminua la durée maximum des manches et abaissa la hauteur du filet.

Le jeu offensif fit des progrès et les joueurs utilisant la prise « porte plume » ayant un jeu essentiellement basé sur le lift du CD furent remarqués.

Meilleurs joueurs de l'époque : jeu dynamique basé sur une défense rasante et variée et des lifts du CD permettant de préparer le coup terminal.

4 -1942 :L'ITTF limite la durée des manches à 20 mus (règle d'accélération).

--->Le nouveau règlement et l'apparition des raquettes couvertes de mousse orientent le jeu de plus en plus vers l'attaque, la contre-attaque et les rotations de balle.

5 -Années 50 : le top spin importé par les japonais qui permet d'imprimer une très grande rotation à la balle va REVOLUTIONNER le tennis de table et assurer la suprématie des joueurs offensifs.

Le duel permanent entre Européens et Asiatiques contribue au perfectionnement permanent du jeu. Parallèlement, l'ITTF tente de favoriser l'évolution du jeu vers un sport toujours plus attractif et médiatique en autorisant les fédérations nationales à mener des expériences et en adaptant les règlements à l'évolution constante des matériaux utilisés.

Le TT a beaucoup évolué depuis ces 20 dernières années et surtout depuis le «boom médiatique » (le TT se trouve relayé par de nombreux supports médiatiques). Il faut signaler que la France ne remplit pas encore totalement son rôle.

---> Ces évolutions entraînent des conséquences sur le matériel que toutes les fédérations nationales doivent entériner

- couleur des tables, de la balle et de l'aire due. (Après des études, au niveau visuel la table bleue sur sol rouge et l'utilisation de la balle jaune semblent plus adaptés à ces vitesses de jeu.)

- diamètre de la balle : Après Sydney, la balle utilisée doit faire 40 mm de diamètre (au lieu de 38 mm.)

6 -FUTUR : Après les balles plus grosses, l'ITTF projette de remonter le filet (de 15,25 à 17,25), de raccourcir les manches (11 ou 15 points au lieu de 21 points) pour ralentir la vitesse des échanges et mettre en valeur le côté spectaculaire du TT (la rapidité actuelle des échanges frustre de nombreux spectateurs).

Les joueurs s'opposent à ces changements car ceci entraîne des changements radicaux dans la manière de jouer, dans les automatismes créés et bouscule les repères des joueurs (en particulier, la balle est freinée à cause de la résistance de l'air et donc détournée de sa trajectoire.).

Ceci risque de produire un changement important dans la hiérarchie des joueurs.

> PARADOXE ACTUEL: Après avoir voulu accélérer le jeu pendant des années (hauteur du filet abaissée/règle d'accélération/ .matériaux toujours plus rapides, colle/obligation de raquettes bicolores et couleur du matériel pour faciliter l'information) ,on cherche à le ralentir.

Les matériaux en vigueur actuellement sont plus avantageux pour les attaquants. Depuis que les défenseurs sont obligés de jouer avec 2 couleurs de revêtement, ils ne peuvent camoufler leurs effets comme avant et la pratique de ce système de jeu a subi une régression. Mais, il est possible que les recherches technologiques actuelles et les changements de règlements favorisent le retour des défenseurs au niveau mondial !

En conclusion, nous constatons que la pratique du tennis de table a évolué par des changements dans lesquels évolutions des règlements, des matériaux, des techniques et des systèmes de jeu sont intimement liés et indissociables.

Malgré ces évolutions, la continuité du jeu a été préservée et le caractère essentiel de l'activité n'a jamais été dénaturé même si, à partir de ces règles constitutives de l'activité, les joueurs ont utilisé des techniques et élaboré des tactiques et stratégies différentes pour gagner (le point, la manche, le match, la rencontre).

En conséquences, l'analyse et la compréhension de ces évolutions historiques pourront nous aider, nous, enseignants d'EPS à Analyser et comprendre l'évolution des élèves confrontés à cette activité.

En effet, les étapes de l'apprentissage de l'élève sont les mêmes que celles que les joueurs ont emprunté au fil de l'histoire du tennis de table (rapports entre phylogenèse et ontogenèse) : passer d'un renvoi passif à un jeu basé sur l'attaque ou même sur la défense mais de façon intentionnelle

REGULARITE (renvoyer 1 fois de plus) --> **PLACEMENT** et/ou **SMASH** -> **EFFETS** pour casser le jeu (coupés) ou préparer le coup terminal (lift) et augmenter les incertitudes.

- Utiliser des règlements et des matériaux adaptés au niveau de jeu des élèves (Ex : services aménagés / balles et raquettes adaptées (contrôle / vitesse / adhérence).

- Faire varier matériaux, règlements, coups techniques et stratégies utilisés pour que les élèves évoluent et s'adaptent en permanence.

- Nous servir à inventorier et construire des situations didactiques variées

Faire varier le temps rythme d'échange (+/- tôt après le rebond) durée (nombre d'échanges) fréquence (nombre d'échanges/temps donné) temps pour gagner le point : utiliser la règle d'accélération » (marquer en maximum 3 touches de balles le match : en 11 points ; montées/descentes

Faire varier le rapport de forces : forme d'opposition (pas le droit ou obligation d'attaquer)

Rapport de forces équilibré ou non (matches à handicap) Coopération / opposition conciliante / opposition maximale

Faire varier les coups techniques utilisé : CD/revers/CD de la position revers Coupé/lift/smash

Faire l'alternative : situation fermée/semi-ouverte/ouverte.

Faire varier les placements latéraux : sur CD/sur revers/milieu de table/ventre pongiste en profondeur : court/long

Faire varier les formes de comptage : points comptent double (service / placement / frappe / lift / coupé)

Obligation de marquer selon consignes particulières Comptage style tennis ou volley ou badminton

Faire varier le règlement : voir + loin au chapitre « REGLEMENTS ».

B. ANALYSE MATERIELLE

1 - La raquette 11 existe 3 types de revêtements de raquette -> SOFT : picots dirigés vers l'extérieur (avec ou sans mousse) -> Obj. : meilleur contrôle

-- BACKSIDE : picots dirigés vers l'intérieur.

->Obj. :meilleure adhérence

->ANTI-TOP : pas d'adhérence.

-> Obj. : ne pas sentir les effets adverses et les utiliser en les inversant (pas d'adhérence). Règlement

- l'épaisseur totale mousse/revêtement ne peut dépasser 4 mm.
- la palette doit être en bois.
- la raquette peut avoir des dimensions, une forme et un poids quelconque
- simplement teintée ou peinte, mais il sera interdit de frapper la balle avec cette face.

Pédagogie : Attention au choix de la raquette

Plus le bois est dur, plus il est rapide / plus il est mou, plus il est lent (la tendresse amortit la balle et le contact B/R est + long.).

Plus le bois a de plis, plus il est rapide.

Les revêtements sont composés d'un mélange de caoutchoucs. De ce mélange dépendent les propriétés d'adhérence (rotations), de vitesse (frappes et rotations) et de contrôle de la raquette (placement).

Plus la mousse est épaisse, plus la raquette est rapide mais moins elle a de contrôle.

- C'est la raquette à picots qui convient le mieux à un le` cycle(meilleur contrôle mais peu de vitesse.)
- C'est la raquette appelée " backside " (picots à l'intérieur) qui convient 1e mieux pour les cycles suivants (plus de vitesse de balle et plus d'adhérence pour l'initiation aux rotations de balle).

Afin d'aborder les rotations de balle, elle devra avoir une bonne qualité d'adhérence.

Afin de faciliter l'utilisation de la raquette, choisir des revêtements ayant beaucoup de contrôle et une rapidité moyenne. Prendre une épaisseur de mousse moyenne (1 à 1,5 mm).

A l'AS, conseiller l'élève en fonction de son style de jeu.

2 - La balle

Règlement

- elle est sphérique, en Celluloïd ou matière plastique analogue.
- elle est blanche ou jaune et mate.
- son diamètre est de 40 mm (après les J.O. de Sydney) et son
- poids de 2,5 g.
- seule une marque agréée par la FFTT peut être utilisée en
- compétition.

Pédagogie

- utiliser des balles d'entraînement (double cercle, double fish)
- ne pas acheter des balles dont l'hémisphère est en creux (lourdes et peu résistantes).
- acheter des " grosses " de balles (pack de 144 balles).

Avec un nombre de balles important, on peut utiliser la technique appelée " panier de balles ".

avantages : essais plus nombreux (gain de temps). L'enfant peut recommencer plusieurs fois et immédiatement l'exercice même s'il se trouve en situation d'échec relatif. Les expériences successives permettent de prendre en compte le résultat de son action pour ajuster le comportement moteur dès l'action suivante.

Caractéristiques de la balle : Sa vitesse peut atteindre 200 kms /h.

Elle peut tourner jusqu'à 3000 trs /mn.

Elle peut se déformer jusqu'à 20% de son diamètre.

Le choix des balles est important la balle est +/- rapide : ->selon sa taille : + elle est grosse, + elle est lente.

-selon son poids : + elle est légère, + elle est lente.

+ la balle est lente, + les échanges sont ralentis et +- le joueur a le temps de prendre des informations, de se déplacer et se placer et de s'organiser en conséquence (choix et coup technique utilisé). Ceci facilite donc les apprentissages.

3 - La table

La surface de jeu

- c'est la partie supérieure de la table (2,74 x 152,5 cm) à 76 cm du sol.

- elle doit être de couleur foncée et mate.

- elle est limitée en ses 4 cotés par une bande blanche de 2 cm de large

- qui matérialise le rectangle.

- une ligne blanche de 3 mm de large divise chaque camp en deux demi

- camps égaux : elle est nécessaire pour les parties de double.

- l'épaisseur du plateau ne fait pas partie de la surface de jeu. Les arêtes,

- elles, font partie du jeu.

Pédagogie

- ne pas acheter (le tables dans les supermarchés (, mêmes si elle sont en

- promotion).

- premier critère d'achat : LA ROBUSTESSE - pensez au service après-vente.

- Comme la table est une surface et non un volume, si la balle rebondit sur l'arrête, elle est «bonne » (obs. : elle monte) ; si elle rebondit sur le côté, elle est

«faute » (obs. :elle descend).

C. ANALYSE REGLEMENTAIRE

1. Règlement et didactique

L'objectif de cette analyse est de montrer comment nous pouvons adapter le règlement au niveau des élèves et utiliser celui-ci à des fins didactiques.

Depuis la création du tennis de table, le règlement a évolué mais nous pouvons noter une continuité dans l'esprit du jeu. L'histoire nous montre que les techniques sont le résultat d'une évolution qui a pour objet de préserver l'essence du jeu et d'engager les joueurs vers la recherche de nouvelles solutions.

Comme le souligne MEULER (revue EPS n° 229 et 234) «l'histoire des techniques est intimement liée à l'histoire des règlements. Ceux-ci spécifient par un ensemble de règles les rapports des individus au matériel ainsi qu'aux autres individus et déterminent le cadre dans lequel l'affrontement sportif se déroule. Ce règlement est évolutif ». En effet, les modifications réglementaires et matérielles sont souvent dues à des facteurs internes au jeu (adaptation des joueurs, contournement du règlement, développement des techniques et tactiques) mais aussi à des facteurs externes (comme les contraintes télévisuelles).

De plus, le règlement représente pour l'enseignant un outil essentiel car toute modification de celui-ci entraîne chez l'élève des changements de représentation et de comportement. L'enseignant peut donc modifier les règles, les simplifier ou les complexifier à condition qu'il ne dénature pas le jeu.

En tennis de table, nous pouvons noter 3 grands domaines d'évolution du règlement

1-Evolution de l'espace de jeu : grandeur de la table variable mais séparée en 2 parties égales par un obstacle (hauteur variable). Aire de jeu variable.

2-Evolution matérielle du jeu : avec balle et raquettes (consistance, poids, rigidité, variables) permettant de faire varier + ou - la vitesse, le contrôle et les effets de balle.

3-Evolution des règles dit score : avec un décompte de points limité ou non dans le temps entre 2 ou 4 joueurs.

En regard de ces évolutions des règlements, l'enseignant pourra jouer sur les «variables didactiques » telles que

*grandeur de la surface de table à utiliser (masquer avec des tissus / mettre des cibles / journaux / agrandir ou diminuer).

*hauteur de l'obstacle (rajouter un sur filet (élastique)),



*taille de l'aire de jeu (utiliser les séparations /les plots/les ronds de caoutchouc au sol),

*taille, couleur, poids des balles (38 ou 40 mm /ultra légères ;marquer les latitudes)-panier de balles,

*type de raquettes (picots sans mousse ou revêtements différents : contrôle /

adhérence / rapidité),

*nombre de joueurs (2 ou 4 / tournante / 1 distributeur contre 2 ou 3 relanceurs),

*conditions d'envoi / renvoi de la balle(service / relance) : matches à handicaps (points -terrain -technique -matériel),

*façon de gagner le match: au temps, au score, forme de comptage (type tennis ou volley),

*-façon de gagner la rencontre : montées / descentes - poules -tableaux formules (Gentlemen/ronde italienne / grand point / match -défi/par équipes).

2- Précisions réglementaires

A - Renvoi

La balle est frappée de façon telle qu'elle passe au-dessus du filet ou le contourne (Au-dessous ou autour de la partie du filet et de ses supports en dehors de la table) puis touche directement le camp adverse. Si la balle revient d'elle-même, elle peut être frappée pendant qu'elle est encore en jeu.

B - Frappe de la balle

Cela signifie la toucher avec la raquette ou la main de la raquette (fait partie de la raquette jusqu'au poignet). Un renvoi effectué seulement avec la main ayant lâché la raquette ou avec la raquette ayant quitté la main n'est pas régulier. Un joueur peut faire passer sa raquette d'une main dans l'autre pendant l'échange.

C - Obstruction

Quand un joueur ou toute chose qu'il porte ou tient touche la balle avant qu'elle ait fini de

survoler son camp (c-à-d. avant qu'elle ait franchi le prolongement de la ligne de fond) alors qu'elle n'a pas encore touché la table.

Le TT DE COMPÉTITION EN 6 REGLES

1. Le choix initial

Dès que les joueurs arrivent à la table, on effectue le tirage au sort, un joueur choisit la couleur du jeton, on le lance, le gagnant du tirage a 3 choix

- Je sers, il relance et peut donc choisir le côté
- Je relance, il sert et peut donc choisir le côté
- Je prends le côté, il doit soit servir, soit relancer

2. Période d'adaptation

Après le tirage, on annonce aux 2 joueurs qu'ils ont 2' d'adaptation, on annonce ensuite le serveur de la première manche et par la suite le score du serveur en premier.

3. Ordre du service

- En simple, on change de serveur tous les 5 points. Le match est gagné lorsqu'il y a 21 avec 2 points d'écart. Si on est à 20/20, il y a changement de serveur à tous les points jusqu'à qu'il y ait 2 pts d'écart. A la belle, dès qu'un joueur arrive à 10 pts, on tourne en changeant de côté.
- En double, on sert toujours en diagonale droite (La balle touche d'abord le/Z camp droit du serveur (ou la ligne centrale) et touche ensuite le 1/2 camp droit du relanceur (ou la ligne centrale)). Choix :La paire qui sert choisit son serveur à chaque manche. Lors de la 1ere manche, la paire qui reçoit choisit son relanceur tandis que dans les manches suivantes, le le relanceur est déterminé automatiquement pour correspondre au choix du serveur par la paire adverse pour que le le relanceur de la manche précédente serve sur le 1" serveur de la manche précédente. Quand on a fini de servir, on donne la balle au réceptionneur adverse qui devient serveur et on tourne avec son partenaire qui devient réceptionneur. A la belle, on tourne à 10 points en changeant de côté et en changeant l'ordre des relanceurs.

4. Le service

- Main à plat, pouce écarté pour éviter de donner de la rotation
- Derrière la table, ni au dessus, ni au dessous
- Lancer la balle verticalement vers le haut d'au moins 16 cm
- Toucher la balle dans sa phase descendante
- Balle et raquette visibles de l'adversaire au départ et au moment du contact
- Il y a balle à remettre : - si elle touche le filet - s'il y a obstruction

5. le jeu

- Il doit être continu, sans perte de temps volontaire
- Arrêts autorisés
- En cas de blessure, 10' de repos maximum (la crampe n'entraîne pas d'arrêt)
- En cas de panne de lumière
- Au changement de service pour s'essuyer
- Balles à remettre
- Si 2 balles se trouvent dans l'aire de jeu
- Si la balle ou la raquette se cassent. On bénéficie de quelques échanges non comptabilisés
- Lorsqu'un bruit très fort retentit dans la salle, lors d'un flash, si le filet casse ou que les séparations tombent.

6. La tenue:

- La tenue exigée comporte un short et un tee-shirt identiques ,pour les équipes
- Si la balle est blanche, la tenue doit être de couleur. si elle est jaune, elle doit être d'une toute autre couleur que le jaune.

Les idées fausses

* A 7/0 ou à 13/1 le set n'est pas perdu. Il faut attendre; 21 points avec 2 points d'écart.

* Le service

- 11 n'est pas perdu s'il est à remettre 3 fois de suite et plus.

- Le service peut, après son rebond sur la demi-table adverse, sortir sur un côté de la table;

- Le 2ème rebond du service ne doit pas obligatoirement sortir de la ligne de fond de la

demi-table adverse : si la balle rebondit plusieurs fois chez le joueur adverse, c'est celui-ci qui perd le point.

- Le serveur ne peut frapper la balle en avant de la ligne de fond de sa demi-table mais peut, s'il reste en arrière de la ligne de fond, s'excentrer sur un côté de la table pour servir.

.POINTS PERDUS

. Si la raquette touche 2 fois la balle consécutivement . Si la balle touche 2 fois son camp consécutivement . Si la balle ne touche pas le 1/2camp adverse . Si on exécute le renvoi avant que la balle n'ait rebondi dans son camp . Quand la balle est mauvaise . Quand il y a obstruction sur la surface du jeu . Quand il se produit des cris ou paroles . Si on pose la main sur la table . Si on déplace la table . Si on touche le filet

NOUVEAU . Si le joueur donne un coup de pied dans la table ou tape la raquette

sur la table : on donne un carton jaune avec avertissement oral, s'il

continue, on lui donne un carton rouge avec une pénalité d'un point ;

s'il récidive, un 2ème carton rouge avec une pénalité de 2 points.

Puis, s'il persiste, on le signale au juge arbitre qui lui attribue une

manche de pénalité.

BALLES BONNES bonne, car elle touche le haut de la table (on le voit car la balle dévie un peu de sa trajectoire.

mauvaise, car elle touche le côté sans dévier.

S'IL Y A UNE Dans l'ordre du service, on garde le score acquis, et on redonne la

ERREUR balle au bon serveur

. REGLE D'ACCELERATION (Afin que les manches ne se prolongent pas indéfiniment). < Règle des 13 renvois "

Si la manche (un set) dure plus de 15 minutes, on applique la règle d'accélération; On sert alors chacun son tour, et le relanceur, s'il remet 13 fois la balle bonne sur la table, gagne le point. Si on arrive à un score de 19/19 ou plus, la règle d'accélération n'est pas appliquée.

LEXIQUE:

à remettre (et non NET ou LET)

relanceur et serveur (celui qui met la balle en jeu est le serveur, celui qui la reçoit le relanceur.

1/2 camp serveur, 1/2 camp relanceur (dans le double)

ON DIT .

- avertissement oral : carton jaune/point perdu/carton rouge/2ème carton rouge deux points perdus
- une partie (et non un match), se déroule en 2 manches gagnantes (et non 2 sets)
- période d'adaptation de 2 minutes (et non d'échauffement)

III - ASPECTS STRATEGIQUES, TACTIQUES ET TECHNIQUES DU TENNIS DE TABLE.

A. Les 3 types d'incertitudes utilisées en tennis de table

Comme nous l'avons vu, pour marquer le point, le joueur, tout en respectant le règlement, doit amener l'adversaire dans l'impossibilité de renvoyer la balle sur la 1/2 table adverse.

spatiale

Pour cela, il va utiliser 3 TYPES D'INCERTITUDES : temporelle événementielle

1 - L'incertitude spatiale est créée par la proximité de la CIBLE à atteindre

- permet une grande précision des PLACEMENTS de balle.

2 - L'incertitude temporelle est due à la légèreté de la BALLE

- permet une grande variation des VITESSES de balle

3 - L'incertitude événementielle est créée grâce à l'adhérence de la RAQUETTE

- permet la production de ROTATIONS variées et importantes (les effets de balle).

Les types de problèmes à résoudre vont être de 2 sortes

1 - Combiner les différentes incertitudes pour marquer plus de points que l'adversaire.

2 - Prendre des informations sur l'adversaire pour diminuer les incertitudes concernant la balle qui arrive.

CONTRE l'incertitude spatiale: regarder l'orientation générale du geste et de la raquette adverse. DIRECTION

CONTRE l'incertitude temporelle : regarder l'énergie du geste et le moment du contact balle / raquette (rebond) : VITESSE

CONTRE l'incertitude événementielle : regarder les spécificités du contact balle / raquette (balle frappée, frottée, comment) ROTATION

La recherche de gain de points va donc se faire, en respectant le

règlement, selon 3 AXES

AXE TACTIQUE : Comment planifier les actions pour amener la faute de l'adversaire ?

-> Comprendre et réaliser la construction du point.

L'interaction entre 2 joueurs signifie qu'il faut A LA FOIS attaquer, défendre et prendre des informations.

AXE TECHNIQUE : Quelles sont les habiletés motrices dont je dispose pour réaliser efficacement mes plans d'actions ?

~ Comprendre les fondamentaux et maîtriser les coups techniques du tennis de table.

AXE ÉMOTIONNEL : Comment réguler les déséquilibres entre dépense attentionnelle et dépense énergétique pour ne pas être en état d'hyper-excitation ? ---> Connaître ses ressources et maîtriser ses réactions

B. LES OUTILS AU SERVICE DU JOUEUR

LE SERVICE

a/ Enjeux fondamentaux du service:

Historiquement, le service est resté longtemps un procédé technique servant uniquement à mettre la balle en jeu : il en est de même pour le débutant. Puis, les joueurs se sont servis de leurs doigts pour imprimer une rotation initiale à la balle. Même si le règlement Va ensuite proscrire, cela a permis de révéler l'intérêt stratégique du service.

-> Il faut donc faire comprendre à l'élève que le service est la 1^{ère} ARME OFFENSIVE.

Dans un 1^{er} temps, le service sera un handicap. Dans un 2^{ème} temps, l'élève observera vite qu'il peut marquer des points directement sur son service. Dans un 3^{ème} temps, la remise de service (relance) se perfectionnant, l'objectif du serveur ne sera plus de marquer directement mais d'orienter l'échange et prendre l'initiative du jeu grâce à celui-ci : préparation du 3^e coup

B. Caractéristiques des services

Selon les travaux de Fr. ORFEUIL, à un certain niveau, 23% des points sont marqués sur service et 36% en 3^e balle : 60% des points dépendent donc du service. Les services se caractérisent par leur grande variété tant en ce qui concerne : PLACEMENT/VITESSE/ROTATION.

Le joueur devra donc essayer d'augmenter l'éventail de son répertoire moteur en jouant sur ces 3 facteurs et en les combinant.

Le service est la seule habileté fermée du tennis de table.

Il est donc plus facile à maîtriser que les autres coups techniques car il ne dépend pas de la prise en compte du type de balle adverse qui arrive. L'approche, l'apprentissage et la classification des services se feront en fonction de ces caractéristiques principales :

- Type d'effet imprimé à la balle : sans effet/coupé/lifté/latéral; combiné.
- Trajectoire donnée à la balle : service court/2 rebords/long.
- Position du serveur : côté revers/ligne médiane/côté CI).
- Endroit où est envoyé la balle : sur le revers/sur le ventre/sur le CD
-

La vitesse d'exécution, un changement de direction subit. une modification de l'inclinaison de la raquette. peut TROMPER l'adversaire sur la qualité de l'effet qui prédomine et provoque une hésitation et une insécurité permanente (contres-informations/camouflages : produire différents effets à partir d'un même geste toucher la balle à différents endroits/jouer sur l'accélération (le faire avant ou après l'impact) cacher avec une partie du corps).

-> Grâce au service, l'enseignant pourra aborder, en situation facilitante, tous les outils du tennis (le table. Les situations d'apprentissage construites à partir du service jalonnent toutes les phases de l'apprentissage. En fonction de l'objectif spécifique de séance, l'enseignant proposera des situations de service variées.

Exemples : Savoir placer les balles--> services placés : cibles/jeu de foie

Savoir taper fort~service bombe : gobelets à viser, zones éloignées dans faire de jeu à atteindre Savoir produire des effets-- >sel,\ service coupé/service latéral

Savoir construire le point->les schémas tactiques à partir du service

Savoir prendre en compte l'adversaire~servir en fonction des positions caractéristiques du relanceur.

C. Exemples de services abordés en fonction des niveaux

SERVICES PLACES

Le service court : Obj. : J'adversaire ne peut pas prendre l'initiative ou la prend dans de mauvaises conditions. (flip).

Principes : Accélération du poignet/finesse du toucher (peu de puissance) i 1" rebond près du filet. II peut être coupé / lifté / latéral / dévié.

Le service 2 rebonds : Obj. : laisser croire que le service est long pour que l'adversaire se prépare à démarrer et qu'il change sa stratégie en catastrophe. Principes : Le 2e rebond se fait sur le côté ou sur la ligne de fond. Importance de la précision du placement de balle(doser la force/toucher de balle fin). II peut être coupé % lifté latéral. II est intermédiaire entre service court et long.

Le service-bombe : Obj. : surprendre par la vitesse. Prévoir le retour (le retour se fait sur le même axe cl'. :VERONESI:).

Principes : service long, très rapide. :balle frappée avec force (tenir fermement la raquette), prise le 4- bas possible. Le 1" rebond se fait près de la ligne de fond.

Le service long : Ob j. surprendre l'adversaire et lit] donner l'initiative dans des conditions difficiles. Principes :compromis entre vitesse et effet (beaucoup d'effet freine la vitesse). Importance du placement : angles ou petits côtés pour déporter l'adversaire. Ventre pongiste. Le service lancé : en CD : permet de donner une vitesse initiale à la balle et de cacher celle-ci.

SERVICES A EFFETS

Le service latéral droit : permet de créer de la rotation latérale à partir (le la face revers Principes : mouvement de gauche à droite. Raquette parallèle au blet.

Le service-marteau : permet de donner un effet latéral droit avec la face C'D de ILI raquette. Principe : raquette perpendiculaire à la table. Donne beaucoup de rotation.

Le service «essuie-glace ». :permet de créer de la rotation latérale gauche avec la face (1). raquette parallèle à la table et de camoufler les effet.

D. Critères de réalisation des services

- Prise de raquette : tenir la raquette souplement entre le pouce et l'index (les autres doigts se replient autour du manche sans le serrer).
- Placement du 1e rebond : pour un service long, faire le 1e rebond le + près possible de l'extrémité de sa 1/2 table.
- Pour un service court : faire le 1" rebond près du filet (2eme 1/ 3 de la table.)
- Energie du geste : geste doux pour un service court. Geste sec pour un service rapide.
- Prise de balle le + bas possible.
- Autres : travail du poignet (main) primordial./ geste court mais rapide. imprimer + ou - d'effet en fonction de l'accélération du geste.

Défauts :- index sur la palette. Prise marteau(doigts autour du manche).

2 doigts sur la palette côté revers

- la balle n'est pas lancée pour éviter les problèmes liés aux tâches d'anticipation coïncidence. (utiliser le service aménagé).
- -la balle est frappée avec force. sans contrôle au-dessus de la table. (ceci entraine une trajectoire sortante ou haute après le rebond)

E. Aspects tactiques du service

Pour être efficace, le service doit obéir à une série de règles

- Empêcher l'adversaire de prendre l'initiative.
- L'obliger à relancer une balle qui lui est défavorable.
- Envoyer la balle à un endroit vulnérable chez l'adversaire.
- Posséder un effet, une vitesse et un placement variés pour maintenir un effet de surprise chez l'adversaire.

L'endroit d'où est exécuté le service a une grande importance tactique

*A partir du coin revers(position pivot), servir CD) ou RV.

Objectif : Se créer un angle (le renvoi favorable)

Varié le placement de balle sur toute la surface de la table.

Excentrer son service. (+ grande diagonale en revers) Contrôler une + grande partie de la table en retour pour libérer son coup

fort(en principe le CD).

*Le service de la ligne médiane est utilisé par le joueur complet démarrant CD et Rv.

*Du côté CD, le service se fait cri CD pour ne pas ouvrir un angle trop important. En double, la position du serveur doit être telle que son partenaire puisse observer le déroulement du jeu et utiliser son point fort. Si le partenaire est droitier et a une bonne attaque du C'D, le serveur servira à droite du CD ou du revers et son partenaire se placera derrière lui et à sa gauche. Si le partenaire est gaucher, il servira du CD proche de la ligne médiane et le partenaire se placera à sa droite.

F. La relance (remise de service)

-*La position d'attente dépend surtout du système de jeu et des intentions tactiques du joueur (+.'- près, +/-excentré). En règle générale, se placer assez près pour être rapide, et efficace, assez loin pour ne pas être surpris.

Défauts :

Elève collé à la table -> Il est surpris par la balle. Il prend la balle trop tôt et manque de contrôle.

Il se déséquilibre vers l'arrière.

Elève loin de la table ---> II prend la balle en phase descendante et la soulève. II perd du temps et ne peut pas créer la surprise chez l'adversaire.

En un minimum de temps, le joueur doit :

- LIRE le service adverse

(effet/vitesse/trajectoire)

- DECIDER de la réponse la plus adaptée.

- La tendance actuelle consiste à prendre l'initiative par un retour actif mais ceci est très difficile.

Il est conseillé de prendre l'initiative sur service facile (long et lent, court et haut~en milieu de table). - éviter la faute et placer la balle si le service est difficile pour que le serveur n'utilise pas son coup fort sur le retour. - chercher à inverser le rapport de forces en relançant sans hésitation sans se laisser impressionner par le serveur.

En double, la position doit permettre au relanceur de prendre l'initiative mais aussi à son partenaire de poursuivre l'action dans des conditions optimales. Il est conseillé de se placer au centre du ',,~ camp où arrive le service, le partenaire étant placé cri arrière et à gauche du relanceur.

Exemples de relances -sur service court coupé : remettre en poussette coupée en prenant la balle le + tôt possible. Utiliser de façon privilégiée le poignet t/- activement. -sur balle + longue : démarrer en top spin +I- rapide et +/- tôt

2. Le placement.

Pour cela : *Approfondir les notions

- d'Accompagnement(aller doucement et accompagner la balle) - de Pousser +/vite sur la balle pour l'envoyer +î- loin

- d'Orientation de la raquette pour varier hauteur et direction de la trajectoire de balle(palette ouverte. fermée, perpendiculaire)

- d'Orientation de la ligne des épaules

*Avoir des intentions de jeu (tactique) -jouer court/long -jouer à droite / à gauche

- jouer les placements stratégiques : ventre pongiste

- espaces libres / contre-pied.

3. LA VITESSE : C'est l'arme la + efficace du tennis de table moderne.

Objectif :prendre l'adversaire de vitesse (dominant). casser le rythme (dominé) et amortir.

La vitesse se manifeste sous différentes formes en tennis de table : itcsse de déplacement, de réaction. de décision. d'exécution. de répétition.

Principes fondamentaux pour jouer sur le facteur «vitesse »

La vitesse donnée à la balle dépend de 2 facteurs :

- Moment (le prise de balle durant sa trajectoire.

- Vitesse de la raquette au moment du contact avec la bal le(accélération). Le moment de la prise de balle influence le temps accordé à l^adversaire pouf jouer.

Coups techniques associés au facteur «vitesse

smash (vitesse pure)

- top spin frappe (vitesse/rotation)

- amorti (emmagasiner l'énergie)

Pour cela l'élève doit

- différencier pousser /frapper Trotter.

-Moduler les vitesses d'envoi (dosage)

- prendre la balle +/- tôt après le rebond.

- anticiper ses réponses et déplacements cil fonction de sa prise d'information préalable.

- utiliser la vitesse au service d'un projet tactique (frappe, amorti...).

4. LA ROTATION

Une des spécificités du tennis de table est de pouvoir donner des effets à la balle.

Au niveau historique, le perfectionnement continu des rotations de balles a révolutionné celui-ci. Il en sera de même au niveau des apprentissages.

Dans un 1^{er} temps, ces effets permettent de surprendre l'adversaire (incertitude événementielle) et de gagner le point directement.

Dans un 2^{ème} temps, ils permettent d'orienter le jeu pour préparer le coup terminal si on est en situation de dominant ou d'équilibre ou de retourner la situation si on est en situation de dominé (prise d'initiative/maintien de l'échange ou contre-initiative lutte contre la prise d'initiative).

En EPS, l'apprentissage des effets permet de développer chez les élèves des habiletés motrices fines et des habiletés cognitives (compréhension des principes physiques, traitement de l'information)

a- Les principes fondamentaux de la rotation de balle

La rotation s'analyse selon 2 critères

- son sens : - rotation avant : arrière - rotations latérales : SAM ou sens inverse - combinaison de ces rotations
- sa vitesse.

b/ Facteurs déterminant la rotation de balle

Le coefficient d'adhérence du revêtement de la raquette.

L'inclinaison de la raquette : pour transmettre une rotation, la balle doit être frottée tangentiellement.

La direction et la vitesse de la raquette avant et au moment du contact : + la raquette va vite + la balle tourne.

La rotation de la balle adverse :

on arrive à augmenter la rotation en exécutant un mouvement dans la même direction que celle-ci (ex : Top sur balle à rotation arrière (coupé)) et inversement. on diminue l'effet en exécutant un mouvement inverse à la rotation de la balle (Ex : Top sur rotation avant (top) mais le contrôle est plus difficile).

Résumé : Pour obtenir un maximum de vitesse, il faudrait frapper la balle à l'équateur, Pour obtenir un maximum de rotation, il faudrait frotter la balle au pôle Sud (rotation arrière) ou au pôle Nord (rotation avant). Dans la pratique, les zones utiles se situent entre le pôle et l'équateur

c- Les coups techniques associés

Rotation arrière : le coupé (défense coupée /poussette coupée /contre coupé)

Rotation avant : le lifté (top spin en rotation / top frappé)

Rotation latérale : le side spin/défense latérale)

d. Intérêt des différents types de rotations :

la trajectoire se déforme avant et après son rebond sur la table adverse puis ensuite après le rebond sur la raquette adverse.

SANS EFFET

La balle décrit une trajectoire normale (parabolique : elle descend à mesure que sa vitesse diminue). Au contact avec la table adverse : les 2 angles sont égaux

Au contact balle raquette adverse : les 2 angles sont égaux. Possibilité simple de renvoi (position de la raquette) : NEUTRE (bloc/attaque/poussette)

EFFET COUPE

La balle plane (effet MAGNUS : dû à une surpression de l'air en haut de la balle). Au contact avec la 1/2 table adverse : l'angle du rebond est supérieur à l'angle d'arrivée -> la balle remonte, la trajectoire est raccourcie. Au contact balle/raquette adverse : la balle descend Possibilité simple de renvoi (position Lie la raquette) : ouvrir la raquette pour faire monter la balle.

Quand le jeu accélère, il faut que l'élève acquiert des stratégies pour gêner l'attaque adverse, l'effet coupé est un de ces moyens.

EFFET LIFTE :

La balle a une trajectoire courbe (effet MAGNUS) Au contact avec la 1/2 table adverse : l'angle du rebond est inférieur à l'angle d'arrivée : la trajectoire s'aplanit --> la balle lisse. Au contact balle/raquette adverse : la balle monte. Possibilité simple de renvoi (position de la raquette) : fermer la raquette pour faire descendre la balle.

Quand le joueur veut terminer l'échange, il va avoir l'intention de faire monter la balle pour terminer par une frappe. II utilise l'effet lifté.

EFFET LATERAL

Effet latéral droit : Au contact avec la 1/2 table adverse la trajectoire s'accroît sur la gauche du serveur mais les angles sont égaux. Ceci augmente après le rebond. Au contact balle/raquette adverse : la balle part vers la droite du serveur. Possibilité simple de renvoi (position de la raquette) : diriger la raquette dans la direction où a débuté le mouvement de la raquette adverse.

C'est l'inverse pour l'effet latéral gauche.

En EPS cet effet est surtout utilisé au service.

e. Les 2 règles essentielles à respecter pour faire tourner la balle

Ne pas frapper mais FROTTER la balle (image : roue de vélo suspendue à un axe : si on frappe. elle ne tourne pas. si on la frotte tangentiellement elle tourne !) : importance accordée au BRUIT lors du contact balle/raquette.

ACCELERER au moment de l'impact balle/raquette. Importance accordée à la cinétique du mouvement avant/pendant/après le contact balle/raquette.



4. LES PLACEMENTS / DEPLACEMENTS / REPLACEMENTS

Les appuis sont déterminant en tennis de table. Pour cela. il faut se placer / déplacer / replacer pour être équilibré et stable lors du contact balle ' raquette pour :

- être précis et viser juste.

- être efficace lors des frappes (puissance) et des rotations : elles sont améliorées grâce à la participation des jambes et de tout le corps par l'addition des leviers successifs et de leur accélération. Or, le déséquilibre entraîne une perte d'énergie.

- être immédiatement disponible pour se reposer. (déséquilibre = perte de temps).

Le jeu de double est particulièrement intéressant pour travailler les déplacements /placements /replacements. Ici ils sont primordiaux, doivent être rapides, adaptés, orientés vers le coin de la table qui gêne le moins le partenaire et permettre un retour rapide au centre des possibilités de riposte de l'adversaire.

Principes de la mobilisation des appuis:

- répartir le poids du corps entre les 2 appuis.

- être sur la plante des pieds, poids du corps vers l'avant.

- pousser sur un pied et lancer l'autre.

- abaisser le centre de gravité.

Les différents types de déplacements :

Ils peuvent être latéraux (courts/longs). en profondeur (<avant/arrière) et combinés.

Les appuis simultanés : pas sautés (rebond) en rapport avec le rythme de la balle.

Qualités : dynamisme / tonicité plantaire ! équilibre (gainage. ligne des épaules horizontale).

Pas simple (appuis décalés) : se fait sur balle courte. Principe : avancer le pied en direction de la balle à jouer. la jambe passant sous la table (jeu à l'amble).

Pivot : se fait quand la balle arrive de face, généralement sur le coin revers, pour jouer en CI (coup fort). Principe : pousser sur le pied droit pour décaler le pied gauche et pivoter. puis déplacer le pied droit pour jouer en CD.

Déplacements longs –

Pas glissés : sur balle excentrée.

Pas courus et pas croisés : utilisés loin de la table.

Qualités : dynamisme : équilibre : épaules orientées vers la balle.

Les replacements

(Objectif : après avoir joué la balle. se reposer latéralement et en profondeur pour pouvoir repartir sur la balle qui suit. Il se fait en fonction

- des intentions de jeu.

- de la nature de la balle envoyée à l'adversaire. _Principes : un joueur privilégiant son CD a tendance à se reposer pour couvrir les 2/3 de la table avec son CD.

Ce principe est modulé en fonction de l'endroit où il a envoyé la balle c-à-d. en fonction de l'angle ouvert à l'adversaire :

Théorie des angles

Placement latéral : Si le joueur joue sur le CD de l'adversaire. il ouvre à l'adversaire des possibilités

de jeu sur son CD (idem en revers).

S'il a joué en milieu de table. L'angle ouvert est identique sur son CD et sur son revers.

Placement en Profondeur : Les longueurs de rebond entre la raquette et la table sont égales sur contact neutre Si le joueur joue long, le retour de l'adversaire a plus de chance de revenir long (difficile d'amortir une balle longue). Si le joueur joue court, il ouvre à l'adversaire toute la profondeur de la table (possibilité d'accélérer).

Se replacer toujours l'épaule au milieu de le l'angle ouvert (anticiper).

Défauts

- Une jambe d'appui préférentielle (poids du corps dessus) ne permettant pas le déplacement.
- La raquette devance les jambes : le joueur est déséquilibré.
- Déséquilibre arrière : poids du corps sur les talons -perte de temps.
- faute de remplacement : après avoir effectué le coup. le joueur regarde le résultat de son action et oublie de se replacer. Ceci entraîne ensuite un déplacement important et rut retard.
- Poussée défectueuse Lie la jambe d'appui.
- Raideur (les jambes : ceci entraîne déséquilibre. mauvaise poussée et réception. et diminue vitesse et puissance.
- fixation d'un appui : la jambe d'appui pousse et reste liée. le joueur se retrouve en écart et a donc une action -efficace.

C. LES FONDAMENTAUX TACTIQUES pour construire le point

Un point se construit toujours à partir du SERVICE.

Le joueur utilise ensuite :

PLACEMENT

VITESSE

FORCE

ROTATION REGULARITE

En tennis de table comme dans toute activité duelle le joueur, avant d'agir, devra analyser le rapport de forces.

Il devra différencier la situation et savoir s'il est en position de dominé /dominant /équilibre pour prendre une décision et choisir entre rompre l'échange directement (conclure) ou plus tard (préparation de l'attaque) ou continué.

SITUATION D'EQUILIBRE : .louer la sécurité.

Objectifs : - ne pas prendre de risques - ne pas commettre de fautes

Coups techniques : poussette / poussette coupée / frappe

Dominante : placement de balle

PREPARER L'ATTAQUE

Objectifs :

-déplacer l'adversaire

- le déstabiliser

- provoquer la faute

Coups techniques : top spin rotation/ flip/ side spin

Dominante : rotation

NEUTRALISER LE JEU

Objectifs : empêcher l'adv. de se mettre en situation favorable, jouer sur le point faible de l'adversaire (revers/ ventre pongiste)

Coups techniques : bloc/poussette courte/contres)

Dominante : placement/vitesse

SITUATION DE DOMINANT : Conclure

Objectif :

-prendre de vitesse l'adversaire

-Placement du coup terminal

Coups techniques : smash/top frappé/flip tapé

Dominante : vitesse

SITUATION DE DOMINE : Défendre

Objectif :

reprendre l'attaque

remettre une balle défavorable

Coups techniques : défense coupée haute latérale amortie/bloc

Dominante : placement/rotation/vitesse

D. LES FONDAMENTAUX TECHNIQUES ET COUPS TECHNIQUES CORRESPONDANT

ACTION SUR LA BALLE	FONDAMENTAUX	COUPS CORRESPONDANTS	REMARQUES
<p>POUSSER DANS LA BALLE</p> <p>"POUSSER un poids très lourd avec le pied pour le faire rouler au sol."</p>	<p>" COLLER " la raquette à la balle puis propulser la balle. Accélérer lors du contact balle, raquette. Possibilité d'impact balle, raquette différent</p>	<p>Flip Poussette Contre en contrôle actif Faux Top Spin Défense molle</p>	<p>Utilisation privilégiée du poignet</p>
<p>TAPER dans la balle</p> <p>"Enfoncer un clou avec un marteau"</p>	<p>PERCUTER ACCELERER Impact franc entre la raquette et la balle. ? Vitesse importante de la raquette juste avant l'impact. Poignet solide. Serrer + la raquette pour jouer</p>	<p>Frappe en CD Frappe en Rv Flip Tape Top Spin frappe Service Bombe</p>	<p>Amplitude courte du geste</p>
<p>Faire TOURNER LA BALLE VERS L'ARRIERE</p> <p>"Faire tourner une roue vers l'arrière"</p>	<p>FROTTER ACCELERER par dessous et en arrière : Utiliser la raquette comme une gomme Suivant la balle qui vient frotter entre l'équateur et le pôle Sud. Vitesse importante de la raquette pour une rotation importante</p>	<p>Poussette coupée Défense coupée Contre coupé Services</p>	<p>Utilisation du poignet Amplitude courte du geste pour un maximum de précision Augmenter la vitesse en touchant la balle avec l'extrémité de la raquette</p>
<p>Faire TOURNER LA BALLE VERS L'AVANT</p> <p>"Faire tourner une roue vers l'avant"</p>	<p>FROTTER ET ACCELERER PAR DESSUS et en ARRIERE idem rotation arrière Impact entre équateur et pôle nord</p>	<p>Top Spin en rotation Flip/Rotation Défense haute Services</p>	<p>idem rotation arrière</p>
<p>Faire TOURNER LA BALLE SUR LE COTE</p> <p>"la toupie"</p>	<p>FROTTER ET ACCELERER EN ARRIERE DE LA BALLE</p>	<p>Side Spin Défense latérale Services</p>	<p>idem</p>
<p>AMORTIR UNE BALLE</p> <p>"Poids s'enfoncant dans un matelas"</p>	<p>EMMAGASINER L'ENERGIE DE LA BALLE Léger recul de la raquette à l'impact</p>	<p>Contre amorti Défense amortie</p>	<p>avoir beaucoup de relâchement</p>

E . CRITERES DE REALISATION A DONNER AUX ELEVES.

1- Niveau débutant : Après 10H de pratique. ?

- Doser l'énergie du geste : La balle est poussée grâce un geste doux et ample.
- Orienter la raquette: Le geste s'effectue d'arrière en avant. légèrement vers le haut raquette neutre.
- Orienter le geste : En CD. la balle est touchée à droite du corps. En Rv. la balle est touchée devant le corps (au niveau de la verticale de l'épaule gauche). Le geste se termine dans la direction où l'on veut renvoyer la balle.
- Orienter son corps : En CD. les appuis sont obliques par rapport à la table. En Rv. les appuis sont parallèles à la table. Regarder entre chaque TB la raquette de l'adversaire. son placement et la balle.
- Se déplacer : Ne pas mobiliser seulement le bras. mais d'abord les,jambes et le tronc.
- Frapper la balle: Idem niais : Ne pas se précipiter.
La raquette est légèrement fermée et termine vers le filet.
Balle frappée à hauteur des épaules (au sommet de sa trajectoire ou en phase descendante sur balle haute.)
Le geste est accéléré au moment du contact balle / raquette (bruit sec).
BRUIT + VITESSE DE BALLE
- Choisir : Si la balle est haute et que je suis bien placé ? alors je trappe : RUPTI ARE Si la balle est basse et / ou que je suis mal placé ? alors je renvoie CONTINUE

2 - Niveau débrouillé : après 20 h de pratique.

- Le service : Geste orienté vers l'avant et légèrement vers le bas. La balle est touchée le + près possible de la surface de jeu. Doser l'énergie du geste : Pour un service long et rapide CONTACT FRANC et rapide derrière la balle. Pour un service court : CONTACT DOUX.
- La contre - attaque : Avancer sur la balle. Prendre la balle au sommet du rebond. Accélérer légèrement au moment du contact BIR. Geste vers l'avant et légèrement vers le haut. Finir le geste dans la direction où je veux envoyer ma balle.
- Le placement de balle et sa position de jeu (les plans de frappe) : Modifier la position des appuis et l'orientation de mon geste en fonction de ma position par rapport à la table et de l'endroit où je veux envoyer ma balle.
- Le déplacement
Se déplacer tôt pour jouer la balle. Mes jambes se déplacent avant mon bras. Etre dynamique et fléchi sur la plante de pieds. Se replacer après chaque frappe.

Les placements de balle étant + variés, les déplacement de jambes et replacements sont fondamentaux.

- La frappe CD : La forme globale du geste est la même. Je tiens fermement la raquette. Je prends plus d'élan. J'accélère plus le mouvement lors du contact balle/raquette
- Faire des choix : Face à un adversaire collé à la table ? Je joue long.
Face à un adversaire éloigné ?> Je joue court.
Face à un adversaire excentré Je joue dans l'espace libre.
Face à un adversaire en déplacement Je joue le contre pied.
Si je joue long et rapide en diagonale ? La balle va revenir long et rapide en diagonale
Quand la balle est haute ?> Je frappe.
Quand la balle est basse ? Je place.
Quand la balle est neutre ? j'accélère le rythme pour préparer la frappe.

3 - Niveau confirmé : après 30h de pratique

A. Pour gêner ou empêcher l'attaque de mon adversaire ?> J'utilise l'effet coupé.

Pourquoi ? Un effet coupé va permettre de créer une rotation arrière à balle par rapport à sens de déplacement.

Effet de cette rotation arrière ? Quand cette balle arrive au contact d'Lin solide. elle dévie ensuite de sa trajectoire normale. Son angle de départ est alors supérieur à son angle d'arrivée. Au contact avec la 1/2 table adverse. la balle à tendance à revenir vers le filet. Au contact avec la raquette adverse, la balle à tendance à descendre et ralentir.

Intérêt stratégique : L'adversaire sera surpris. L'adversaire aura tendance à avancer à la table. Sa balle aura tendance à aller dans le filet. Pour combattre l'incertitude, il devra réfléchir et perdra du temps, de plus, cet effet limitera sa réponse. II ne pourra pas attaquer ou mettra la balle dans le filet s'il ne voit pas l'effet, ou ouvrira sa raquette au dernier momemnt et montera la balle.

Comment faire ? Trois règles d'action :

Frotter en arrière et par dessous grâce à un geste d'arrière en avant et de haut en bas. Trois règles pour réussir

Ouvrir sa raquette pour frotter la balle entre l'équateur et le pôle sud. Frotter la balle pour atténuer le choc (contact fin -gommer) > bruit.

Accélérer au moment du contact balle/raquette.

Comment combattre la rotation arrière ?

Se contenter de contrer l'effet (ouvrir + geste en haut et en avant).

Réaliser un effet coupé (attendre la phase descendante pour diminuer l'effet).

Réaliser un Lift.

B. Pour prendre l'initiative > j'utilise l'effet LIFTE.

Pourquoi ? L'effet lifté va permettre de créer une rotation avant à la balle.

Intérêt (l'effet de la rotation avant) : Quand la balle arrive au contact de la 1/2 table adverse, sa trajectoire s'aplatit et sa vitesse augmente. Quand la balle arrive au contact de la raquette adverse la balle a tendance à monter.

Intérêt stratégique ? : L'adversaire est surpris . Il aura tendance à reculer et sa balle à monter. Le joueur pourra alors frapper la balle en retour.

Comment faire ? : Frotter en arrière et par dessus par un geste du bas vers le haut.

Trois règles d'action pour réussir : Fermer sa raquette pour prendre la balle en arrière et en dessus. Frotter la balle pour atténuer le choc (contact lin. gommer, bruit). Accélérer au moment du contact balle/raquette.

Comment combattre la rotation avant ?

Je dois fermer la raquette pour compenser l'effet lifté le bloc : geste court, vers l'avant, légèrement vers le haut, en phase montante.

Je dois faire un lift (attendre la phase descendante).

C - Pour orienter le jeu dès mon service ? J'utilise le service COUPE, le service LIFTE, le service LATÉRAL ou les deux effets combinés.

L'effet latéral

Un geste de la gauche vers la droite > produit un effet latéral droit (et inversement).

Pour quoi faire? Si je veux orienter le retour de service, j'utilise l'effet latéral.

Intérêt de cette rotation ?

Effet produit : Au contact de la 1/2 table adverse. ce service excentre mon adversaire sur la droite. Au contact de la raquette adverse, ce service revient sur mon côté droit.

Intérêt stratégique : L'adversaire se déporte sur la droite et libère donc son côté revers. Il me renvoie la balle sur mon C D, ce que j'ai prévu à l'avance. Je peux donc anticiper mon coup et terminer dans l'espace libre, s'il n'est pas revenu ou sur le contre pied, s'il revient.

Comment faire ? : Effectuer un geste latéral pour toucher la balle dans sa partie postérieure (au niveau de l'équateur de la raquette (raquette perpendiculaire au sol) Frotter-Accélérer

Comment contrer l'effet? : En inclinant sa raquette à l'opposé de la déviation de la balle. Orienter la raquette en visant l'endroit d'où a commencé le geste du serveur. Différencier les deux actions : Frotter : geste à dominante vers le haut ou vers le bas

Frapper : geste à dominante vers l'avant - Percussion. " BRUIT" lors du contact balle/raquette.

D - Prendre des informations et analyser le jeu

Observer le jeu adverse : Points forts / points faible Connaître ses points forts et ses points faibles Regarder le geste de l'adversaire.

E - Déplacements / Placements / Replacements :

Connaître la théorie des angles : Connaître la notion de triangle d'or : zone d'intervention du joueur / balle Hauteur (axe vertical)

Mise à distance (axe horizontal :distance corps / balle.) Plan de frappe (axe sagittal :orientation du corps.) L'axe des épaules du joueur et le point virtuel de ces 3 axes forment un triangle. Savoir qu'une balle rapide revient sur le même axe.

Les NIVEAUX DE JEU - LES EVALUATIONS.

Les 6 niveaux de jeu en relation avec les compétences acquises et à acquérir

NIVEAUX	Intentions tactiques	Prises d'information	Placements déplacements replacements
Néant Niveau 0 "LOUPEUR"	- Toucher la balle	- Indifférenciées, confuses, tardives. - Voit la balle au dernier moment	- Corps raide, collé à la table. pas mobile - N'arrive pas, ou mal, à entrer en contact avec la balle.
Après 2,3 séances Niveau 1 RENVOYEUR	- Renvoyer la balle sur la demi-table adverse - Défendre son camp. Réagit balle par balle	- Centration sur la balle et sur la cible	- Corps droit, peu mobile, en retard - Allonge le bras. (Pas de mise à distance)
Après 10 à 20h Niveau 2 "PLACEUR" et/ou "FRAPPEUR"	- Rompre l'échange en plaçant et /ou frappant la balle favorable. - Joue toujours balle par balle	- Plus tôt sur la trajectoire de la balle: forme, direction, vitesse.	- Plus fléchi. déplacements latéraux Courts - Début de mise à distance. (Plan de frappe)
Après 20 à 30h Niveau 3 "CONSTRUCTEUR"	- Créer la rupture en plaçant et/ou accélérant pour obtenir la bonne frappe. (Prévoit un enchaînement d'actions).	- Plus variées: prise en compte aussi de l'adversaire:placements/déplacements.	- Sur plante des pieds. (Prêt à agir) - Légèrement décalé côté RV (2/3, 1/3) - Combine les déplacements latéraux et pivot
Après 30 à 40h Niveau 4 INITIATIVE Lutte contre L'INITIATIVE grâce aux EFFETS	- Rechercher la prise d'initiative ou lutter contre la prise d'initiative grâce à l'utilisation des effets.	- Plus tôt, plus précises, orientées sur l'adversaire, sur le contact balle/raquette - Points forts/faibles et coups préférés.	- Plus de vitesse de déplacement. - Différenciation des déplacements :court/long. droit/gauche, avant/arrière, combinés.
Après 40 à 50h Niveau 5 SYSTEMES DE JEU spécifiques ou adaptation	PI ou C I en fonction de son système de jeu et de la situation	- Plus précises et pertinentes - Anticipation	- Anticipation des plac/dépl/replacement -Théories des angles -Choisit une distance de jeu préférentielle.

NIVEAUX	Types d'action sur la balle	Trajectoires de balle produites	Formes de situations proposées
Néant Niveau 0 LOUPEUR	<ul style="list-style-type: none"> - Geste explosif, pas de dosage d'énergie - Geste non orienté. pas de dissociation du corps - Prise de raquette, poêle, tapette 	Espace de jeu - Echanges <ul style="list-style-type: none"> - Trajectoires aléatoires, imprévisible - Hors de la table - Peu ou pas d'échanges ou après plusieurs rebonds 	<ul style="list-style-type: none"> - Sentir le matériel - Amélioration contact balle/raquette, dosage - Continuité des actions
Après 2,3 séances Niveau 1 RENVOYEUR	<ul style="list-style-type: none"> - Prise de balle tardive - Alignement oeil/raquette/balle/cible - Geste en piston - Pousse et soulève - Favorise un coup: CD ou RV - Service: simple mise en jeu 	<ul style="list-style-type: none"> - Trajectoires en cloche, lentes - Axe central - Les échanges durent 	<ul style="list-style-type: none"> - Différencier envoi/reenvoi - Découverte des frappes - Identifier la bonne frappe - Jeux aménagés
Après 10 à 20 h Niveau 2 PLACEUR et/ou FRAPPEUR	<ul style="list-style-type: none"> - Prise de balle au sommet du rebond - Geste d'arrière en avant - Utilise CD et RV - Différencie ses actions de pousser et frapper - Service réglementaire 	<ul style="list-style-type: none"> - Trajectoires hautes dans l'échange tendues dans les frappes - espace de jeu central et s'agrandit - Diagonale CD privilégiée car frappes 	<ul style="list-style-type: none"> - Mise à distance , automatisation - Précisions des actions - Schémas tactiques, frappes
Après 20 à 30 h Niveau 3 CONSTRUCTEUR	<ul style="list-style-type: none"> - Amélioration des actions de frappe - Variation de rythme, prise de balle plus ou moins tôt. - service: variation des placements et de la vitesse - schémas tactiques simples 	<ul style="list-style-type: none"> - Trajectoires planes: attaques et contre attaques. - Différenciation des 3 zones: latérales, profondeur. - Prise en compte des placements de l'adversaire 	<ul style="list-style-type: none"> - Découverte des rotations - Enchaînement d'actions - Sets à thèmes: prise de risque, sens tactique, intentionnalité
Après 30 à 40h Niveau 1 INITIATIVE Lutte contre L'INITIATIVE les effets	<ul style="list-style-type: none"> - Différencie les actions: pousser/frapper/frotter - Services: placements effets et vitesses - Schémas tactiques < partir des services à effets. 	<ul style="list-style-type: none"> - Trajectoires diverses, effets - Utilisation de toute la table, (mais difficultés à associer vitesse et placement avec les effets). - Jeu sur points tables adverses : ventre pongiste 	<ul style="list-style-type: none"> - Combinaison, diversification des actions - Repérage des points forts et faibles de lui et de ses adversaires
Après 40 à 50 H Niveau 5 Système de jeu	<ul style="list-style-type: none"> Diversifie ses actions Services combinés et variés, associés à un spécial 	<ul style="list-style-type: none"> Diversification des trajectoires Précision des placements de balle associé aux coups techniques variés 	<ul style="list-style-type: none"> Jouer vite, adapté, varié Travail des coups et enchaînements complexes

Niveau 1 :

En début de cycle les points marqués résultent de fautes techniques non recherchées par l'adversaire. Les élèves ont des difficultés pour :

- Doser l'énergie du geste
- Orienter la raquette
- Se placer correctement par rapport à la balle
- Percevoir et anticiper les trajectoires

Durée de formation: 8 séances de 1 h30 soit +/- 10 h de pratique effective.

Objectif: construire le duel, c'est à dire l'intentionnalité.

Compétences propres au groupement		« Pour résoudre les problèmes »	Notions ou connaissances à construire	Compétences spécifiques
		Type de problème à résoudre	Contenus	Exemples
C1 Assurer la continuité du jeu	ID EN TI FIER	- Identifier la trajectoire de balle: (forme, vitesse, direction) - Identifier les différentes zones de la table - Identifier les coups techniques (CD / R) en fonction des placements de la balle.	- Construire la forme de la trajectoire (anticipation 'coïncidence) Construire la cible. (table adverse) - Déterminer les formes et les noms, des gestes de frappe.	- Renvoyer la balle sur la 1/2 table adverse en différenciant zones de CD et RV
	REA LI SER	- S'organiser pour frapper - Se déplacer pour intercepter - Maîtriser le contact balle; raquette - Maîtriser l'orientation du geste et de la raquette - Se replacer après la frappe	- Se mettre à distance (adaptation des déplacements) - Construire la frappe sur le côté (se déplacer) - Différencier les frappes en utilisant des paramètres simples: force, vitesse, direction. - Contrôler les déséquilibres et l'énergie	- Se déplacer de façon appropriée pour renvoyer la balle sur une partie ciblée de la table
C2 Construire la rupture en conditions favorables Marquer le point en jouant sur: la diversité - Dans l'espace libre ou sur l'adversaire.	ID EN TI FIER	- Identifier une situation favorable - Identifier: la cible, la marque, les règles fondamentales - Construire le sens de l'activité	- Voir les conditions favorables de la rupture: - Caractéristiques des trajectoires de balle: direction, hauteur, longueur, vitesse - Caractéristiques du placement de l'adversaire - Caractéristiques de son propre placement	- Découvrir l'action de frapper fort - Repérer les opportunités pour frapper - Conclure le point par une balle frappée et/ou placée
	REA LI SER	- Exploiter les situations favorables de façon adaptée	- Enchaîner les actions de frappe et de renvoi - Se placer et se replacer - Combiner deux paramètres de la trajectoire pour marquer	

Niveau 2 :

En début de cycle les élèves attendent une balle favorable pour conclure le point. Celui -ci est conclu par des

- Enchaîner deux actions différentes: renvoi et frappe

Durée de formation: 2 cycles de 8 séances de 1 h30 soit +/- 20h de pratique effective.

Objectif: construire le point: d'un jeu en réaction à un jeu en intention.

Compétences propres au groupement		« Pour résoudre les problèmes» Type de problème à résoudre	Notions ou connaissances à construire Contenus	Compétences spécifiques Exemples
<p>C1 - Perfectionner les acquis pour les intégrer dans des planifications d'action</p> <p>- Combiner 2 paramètres simples des trajectoires dans ses frappes</p>	ID	- Différencier la balle qui vient de la balle qui va (plans de frappe)	<p>- Varier les trajectoires en combinant les différents paramètres: hauteur (angle, émission, réception, vertical).</p>	<p>- Différencier des positions du joueur et des déplacements de balle avec la contre attaque en CD</p> <p>- Associer des petits et des grands déplacements latéraux</p>
	EN	- Identifier des trajectoires de balle dans un jeu plus rapide. (Contre attaque en trajectoires tendues)		
	TI			
	FIER			
	REA	- Produire des frappes différentes et adaptées	<p>Choix des frappes</p> <p>Le service : réglementaire , 1ère arme tactique service bombe - service placé</p>	<p>- Produire des trajectoires montantes ou descendantes, freinées ou accélérées</p> <p>- Améliorer le remplacement entre chaque touche de balle</p>
	LI	- Produire des services variés		
	SER	- Se déplacer entre les touches, être stable lors des touches de balle		
<p>C2</p> <p>Produire des trajectoires pour s'adapter à la situation de jeu : (attaque/défense)</p> <p>Pousser l'adversaire à la faute</p>	IDEN	- Identifier son statut dans le jeu: dominant dominé	<p>- Lire les trajectoires de balle et leurs paramètres pour s'adapter à la situation</p> <p>- Prendre en compte l'adversaire : ses points forts, ses points faibles</p>	<p>- En situation de jeu, gérer la prise de risque lors de la réalisation d'une frappe</p> <p>- Servir pour exploiter une faute de placement de l'adversaire</p>
	TI	- Reconnaître les caractéristiques essentielles du jeu adverse		
	FIER			
	I	- Planifier des actions à court terme	-Schémas tactiques simples à partir de services	
	E	-Produire des frappes différentes en fonction de la situation	-Conditions de la création des trajectoires offensives et défensives , rupture/continuité	
		-Adapter un remplacement tactique : offensif/défensif/neutre	-Les zones de remplacement	

Niveau 3:

En début de cycle l'élève essaie de mettre en place ses intentions tactiques. mais n'essaie pas de contrarier **celles de son adversaire**. I1 est capable.

- De placer et frapper des balles
- D'être mobile sur plantes des pieds. (Avant et intérieur Des difficultés subsistent au niveau dit pourcentage de réussite.

Durée de formation: 3 fois 8 séances de 1h30 soit +/- 30h de pratique effective.

Objectif: construire le match par le passage d'un jeu systématique à un jeu où le joueur s'adapte à l'évolution du rapport d'opposition.

Compétences propres au groupement		Pour résoudre les problèmes Type de problème à résoudre	Notions ou connaissances à construire Contenus	Compétences spécifiques Exemples
C1 Créer des incertitudes de 3 ordres: spatiales, temporelles, événementielles pour augmenter son efficacité et gêner l'adversaire	IDEN TI FIER	- Différencier les actions de frappe et de frottement - Apprécier les productions d'incertitude chez l'adversaire	- Les effets - Les changements de rythme - Complexifier ces différents points	- Améliorer la production des effets coupés - prendre l'initiative sur une balle coupée - Gêner la prise d'initiative de l'adversaire - Enchaîner une frappe après un lift
	REA LI SER	- Enchaîner les actions de "frotté» et de « frappé » - Construire l'échange en utilisant les différents types d'incertitude: les effets	- Les schémas tactiques à partir d'un service avec "effet » - Les rotations arrières - Les rotations avant	
C2 Réaliser un projet stratégique et l'adapter en fonction du rapport de force	IDEN TI FIER	- Identifier les composants du jeu adverse et percevoir ses évolutions - Produire de la fausse et contre communication	- L'adversaire: <ul style="list-style-type: none"> • ses postures • ses schémas tactiques • ses points forts et faibles 	- Après un temps de jeu, élaborer un projet stratégique qui s'appuie sur l'analyse du jeu adverse - Varier ses services: vitesse, effets,placements pour obtenir des fautes directes ou créer de l'incertitude. - Adapter son système de jeu pour exploiter un décompte particulier de points, (sets à thèmes).
	REA LI SER	- Utiliser des trajectoires et des effets variés pour déséquilibrer l'adversaire et concrétiser la rupture - Adapter son remplacement à ses intentions stratégiques	- Les moyens de déstabiliser l'adversaire: <ul style="list-style-type: none"> • Espaces libres, contre pied, sur, joueur • Différentes incertitude, • Changements de rythme 	

EVALUATION DES ELEVES.

L'évaluation s'effectue dans le cadre **d'un tournoi dans lequel le rapport de forces est équilibré** au départ. La constitution des poules se fait à l'issue de montées/descentes (organisées régulièrement lors du cycle).

L'élève effectue au **minimum 3 matches** (poule de 4 joueurs) **en 2 manches gagnantes de 21 pts (ou 15 pts)**

L'élève doit avoir le temps de s'organiser et avoir l'occasion de renverser le rapport de forces à l'occasion d'une 2^{ème} Inancl le.

L'élève a la possibilité **d'être conseillé** par un autre joueur entre les manches et les matchs (fiches de co-évaluation (cf fin de document)).

La note se décompose en **une note de maîtrise sur 10 pts** (cf. grille critériée) et une **note de performance sur 5 pts** (classement de l'élève à l'issue du tournoi pondéré par son niveau d'efficacité).

Le curseur de notation se déplace sur la grille en fonction des contenus abordés lors du cycle.

Notes	Service	Mobilité : P/D/R	Coups techniques	Choix tactiques
0	difficultés de réalisation	Statique/raide/collé à la table sans déplacement	Rate la balle. Joue en piston	"Loupeur"
niveau 1	Mise en jeu simple sans intention de gêner l'adversaire	Déplacements tardifs (en réaction) sans remplacement	Utilisation d'Un seul Coup	Renvoyeur : sans intention
Niveau 2	1ere arme <i>offensive</i> mais stéréotypée	Début de déplacements latéraux et en profondeur	Différenciation coup droit/revers en fonction de la trajectoire de la balle	Stéréotypé recherche toujours la rupture de la même manière : régulier/placé/force
niveau 3	Idem, mais varie placement/vitesse	Remplacement central et déplacements en fonction de la balle qui arrive	Coups techniques + variés : contre attaque simple/smashes Prises de balle +/- tôt (accélération)	Opportuniste : marque sur la balle favorable non provoquée en plaçant ou frappant
niveau 4	Id. avec prise en compte de l'adversaire Début d'effets	R/D systématiques et préparation du coup suivant	Début des rotations : Arrières (poussettes) Avants : (lifts)	Id. et utilise quelques schémas tactiques à partir du service (enchaînements)
Niveau 5	variété et variation sur effets/vitesse/placement en fonction de son jeu et de celui de l'adversaire	R/D/P en fonction de la dernière balle jouée	Choix appropriés des coups en fonction de la situation Cumul des paramètres : frappé/placé/vite/avec effet	Constructeur : crée la balle favorable pour construire et conclure le point