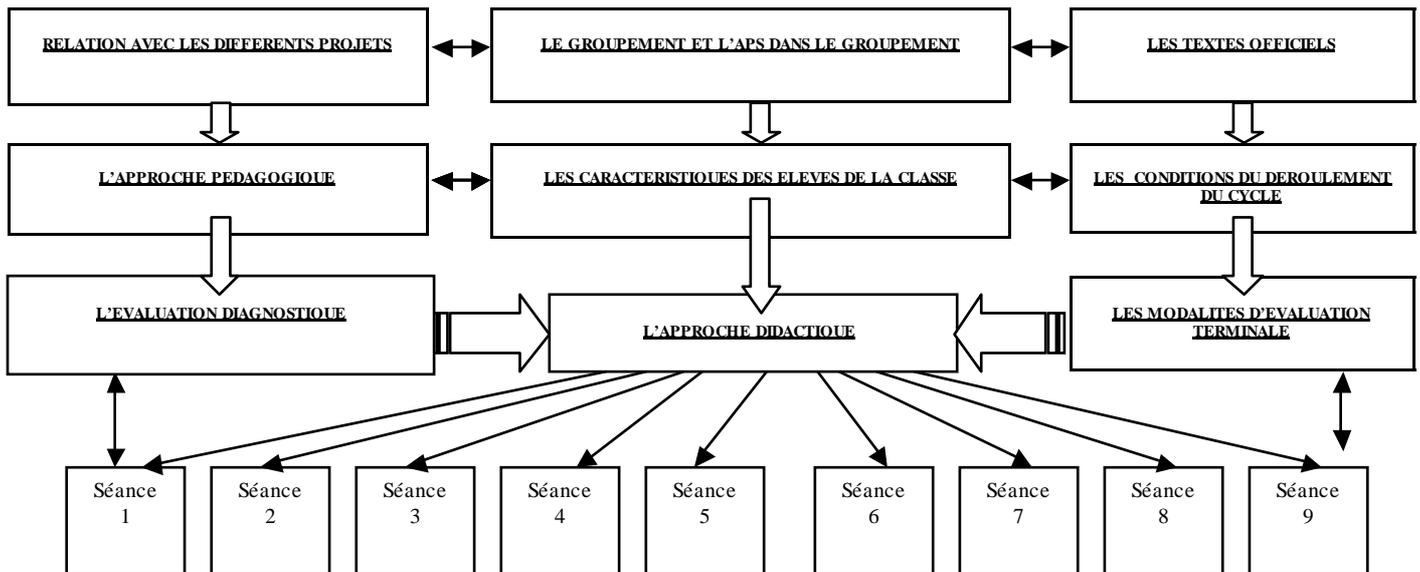


PROJET DE CYCLE TENNIS DE TABLE POUR LA CLASSE DE 5A

1. VISION SYNOPTIQUE DU PROJET DE CYCLE:



2. RELATION AVEC LES DIFFERENTS PROJETS :

>Relation au projet d'établissement

Il s'agit de montrer en quoi l'EPS et, plus précisément, l'activité Tennis de table permet de répondre spécifiquement aux objectifs du projet établissement :

1. Assurer la réussite optimale de tous les élèves : cet objectif se traduit à travers les différentes situations d'apprentissage mises en place. Ces dernières permettent en jouant sur des variables ou en proposant des adaptations temporaires de proposer des objectifs communs à toute la classe mais tout en s'adaptant aux possibilités du moment de chacun.
2. Elaboration d'un projet personnel : la notion de stratégie en tennis de table permet d'intégrer l'élève dans une activité de planification de ces actions à plus ou moins long terme. L'élève dans le jeu, en anticipant les effets de ses frappes, cherche à prendre un avantage sur son adversaire. De plus, la mise place d'un classement qui évolue pendant tout le cycle permet à l'élève de s'inscrire dans une vision à long terme (« **SAVOIR S'ENTRAINER** »)
3. Formation du futur citoyen : cette activité permet de développer chez l'élève le sens de la responsabilité. En effet, en tenant différents rôles (arbitre, observateur, chronométreur, entraîneur...), l'élève prend le sens des responsabilités. De plus, le « **SAVOIR S'ECHAUFFER** » contribue à la formation du futur citoyen car il lui permet de préserver son intégrité physique.

>Relation au projet E.P.S. :

♦ Cycle de tennis de table prévu dans la programmation des APSA du projet EPS choisi en continuité avec les cycles prévus en 4^{ème} et 3^{ème}.

3. LES TEXTES OFFICIELS :

>Les compétences générales : (Programme 5è)

- ♦ Apprécier et adapter les procédures utilisées au regard des résultats à obtenir.
- ♦ De connaître les principes d'un échauffement et de les mettre en œuvre à l'aide de l'enseignant.
- ♦ D'accepter différents rôles et responsabilités au sein d'un groupe (arbitre, observateur, joueur).
- ♦ Elaborer en commun des stratégies d'actions collectives et des procédures d'entraide dans les apprentissages.
- ♦ Mettre en relation les informations éprouvées personnellement au cours de l'action et les informations apportées par les observables de la réalisation

4. LE GROUPEMENT ET L'APS DANS LE GROUPEMENT :

Groupement 1 : Activités duelles APSA : Tennis de Table

>Les problèmes posés :

les finalités éducatives essentielles du tennis de table s'articulent autour de :

- la résolution de problème en urgence temporelle
- l'adaptation à des trajectoires (adversaire/balle)
- la construction et la gestion de choix et de stratégies
- la gestion affective du rapport de force oblige un contrôle émotionnel
- la gestion des capacités motrices : adresse, vitesse de réaction, anticipation, équilibre dynamique, dissociations motrices segmentaires

➤ Les compétences de groupement :

Compétences propres (6^{ème})

- Se déplacer, s'organiser pour frapper et renvoyer la balle.
- Se replacer après la frappe de balle.
- Réaliser des frappes en jouant sur les paramètres simples des trajectoires (vitesse et direction).
- Marquer le point en jouant sur la continuité, sur la diversité dans l'espace libre ou sur le point faible de l'adversaire.

COMMENTAIRE : en sixième, 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.

5. LES CARACTERISTIQUES DES ELEVES DE LA CLASSE :

- ♦ Classe mixte de 26 élèves (12 filles et 14 garçons) : élèves de 5^e très dynamiques, attentifs et disciplinés. La classe a néanmoins une particularité car elle accueille des élèves dyslexiques et dysphasiques (5 au total).
- ♦ Classe assez hétérogène au niveau des gabarits.
- ♦ Bons résultats scolaires.
- ♦ Classe n' ayant effectuée aucun cycle précédemment en Tennis de table.
- ♦ Adhésion massive à l'EPS : cette discipline représente d'abord une source de connaissances.

6. LES CONDITIONS DE DEROULEMENT DU CYCLE :

- ♦ Installations : petite salle de la Salle des Hauts Champs .
- ♦ 9 x 2 heure (100 minutes de temps de pratique effective)
- ♦ Enseignant seul dans le gymnase pendant la séance.
- ♦ Matériel :
 - 9 tables de tennis de table
 - 30 raquettes numérotés
 - 1 sot de 100 balles

MATERIEL

① Gérer les nombres de tables et d'élèves

- *Condition privilégiée*: une table pour trois élèves avec un élève observateur et/ou arbitre, avec rotation des joueurs. Les joueurs bénéficient dans cette situation d'une quantité de pratique importante. De plus, les élèves ont en charge une table numérotée sur un plan de salle, ce qui permet de minimaliser le temps d'installation du matériel.

② Gérer les raquettes et les balles

- *Les raquettes*: les raquettes ont été numérotées (sur le manche) et chaque élève possède une raquette bien définie. Ce système permet d'une part une distribution rapide du matériel et évite d'autre part une dégradation trop rapide du matériel.

- *Les balles*: les balles sont également numérotées avec un stylo ou un feutre et chaque balle correspond à une table. Ce système permet de diminuer le nombre de perte de balles ou de balles cassées.

7. L'APPROCHE PEDAGOGIQUE :

- ♦ Travail par petits groupes autonomes et présentation des solutions trouvées au problème posé devant le groupe.
- ♦ Phase de verbalisation nécessaire mais courte: construction collective des règles et des principes d'actions.
- ♦ Situation identique pour les deux niveaux mais avec des consignes et des variables différentes permettant une différenciation et une adaptation de la difficulté de la tâche aux possibilités des élèves.
- ♦ Valorisation de l'auto-organisation : chaque groupe peut évoluer et progresser à son rythme sans entraver le travail des autres, tout en ayant des buts communs.

MODALITES DE TRAVAIL

Tâches de travail en coopération ou en conciliation

- Tâches en dehors de la table (jonglage, cible au mur et/ou au sol, renvoi en dehors de la table).
- Tâches à la table avec spécification de vitesse, trajectoire, direction -placement, rotation (ou absence de rotation).
- Tâches à thèmes ou au temps.
- Situation inhabituelle (avec rebond supplémentaire, table réduite. ..).

Tâches de travail en duel

- Tâches avec handicap de points, avec comptabilisation spécifique (2 ou 3 points si...), avec thématique (jouer tout en coup droit, servir court...).

-Montée-descente au temps ou au point avec adaptation du nombre de services: lorsque l'on gagne, on monte d'une table vers la première, lorsque l'on perd, on descend d'une table vers la dernière.

- Tournoi en poule ou système du Défi (individuel, par équipe, en double).

8. L'EVALUATION DIAGNOSTIQUE PREVUE :

➤FORME :

♦ Séance de table montante – descendante qui permet à la fois d'observer les élèves pour les problèmes et le niveau de jeu. Cette organisation permet également de classer les élèves afin de pouvoir construire des groupes de niveaux et un classement dans la classe.

➤MODALITES :

♦ L'élève qui gagne son match monte de terrain et celui qui perd descend de terrain. Les élèves qui ne jouent doivent arbitrer les matchs en cours.

♦ La prestation des élèves sera évalué en orientant l'observation sur 4 axes :

- Le service :

N1 : mise en jeu aléatoire

N2 : service régulier assuré

N3 : variation et différenciation des services

- Les frappes et trajectoires

N1 : trajectoires et frappes fortuites (problème pour frapper la balle)

N2 : frappes régulières mais essentiellement dans la zone centrale ou aléatoire

N3 : frappes variés en jouant sur des paramètres simples

- Les déplacements / replacements

N1 : Absence de déplacements

N2 : Déplacements courts et tardifs

N3 : Déplacements rapides et anticipés (maintien de la posture de frappe)

- Comportement tactique :

N1 : Jeu sans intention (jeu de renvoi, attente passive de la faute de l'adversaire)

N2 : Jeu sur la continuité de l'échange (efficacité épisodique)

N3 : Jeu actif en essayant de placer l'adversaire en difficulté ou dans l'impossibilité de renvoyer

➤CONDUITES INITIALES :

↳NIVEAU :

<u>Analyse descriptive</u>	<u>Analyse fonctionnelle</u>
<p>- Difficulté à doser l'énergie du geste (la balle est touchée de façon explosive grâce à un geste court orienté vers le bas et l'avant ou est soulevée vers le haut) et pour certains difficulté à rentrer en contact avec la balle</p> <p>- Difficulté à orienter le geste : la balle sort souvent de l'espace de jeu</p> <p>-Difficulté, pour quelques uns, à se placer et se déplacer par rapport à la balle (l'élève est collé à la table. L'élève ne mobilise pas les jambes mais se contente d'allonger les bras pour jouer les balles hors de portée)</p> <p>- Les échanges sont brefs voir inexistants. Les points résultent souvent d'une faute technique ou d'une faute de l'adversaire mais celle-ci n'est pas provoquée (jeu d'attente)</p> <p>- L'élève renvoie majoritairement la balle sur la demi-table adverse grâce à un geste de pousser de balle. Les trajectoires produites sont en cloche. Lorsque la balle est frappée, la geste se modifie mais la balle sort de l'espace de jeu ou est rabattue dans le filet.</p> <p>- Le service n'est pas réglementaire et ne possède pas un aspect offensif. Le service reste une simple mise en jeu sans volonté de mettre l'adversaire en difficulté.</p> <p>- L'axe central de la demi-table adverse est privilégiée (peu ou pas de modification de trajectoires).</p>	<p>- Centration visuelle sur la balle avec le corps pour référent et souvent alignement oeil -balle -raquette.</p> <p>- Manque de maîtrise gestuelle mais aussi crainte de l'élève à ne pas atteindre la cible adverse. L'espace de jeu réduit l'incite à rabattre la balle</p> <p>- La balle sort souvent de la table du fait d'un manque d'accompagnement gestuel (la raquette est placée en opposition et non pas dans une volonté de contrôler la frappe)</p> <p>- L'immobilité du corps résulte d'un manque d'anticipation des trajectoires de la balle. L'élève n'identifie pas les caractéristiques de la trajectoire de la balle car sa capacité attentionnelle est déjà mobilisée par l'exécution du geste.</p> <p>- La modification du geste provient d'une non-maîtrise de l'orientation du geste et de la raquette. L'élève ne parvient pas à gérer le couple orientation / inclinaison de la raquette pour réaliser des frappes différentes</p> <p>- Le service pose des problèmes de coordination entre le lancer de la balle et la frappe. De plus, certains ne connaissent pas les règles du service.</p> <p>- L'élève n'est pas dans une logique d'activité duelle ou reste dans un comportement d'attente. Il ne cherche pas à provoquer une balle favorable mais plutôt à sécuriser ses renvois.</p>

9. L'APPROCHE DIDACTIQUE :

➤Les objets d'enseignement choisis :

- Savoir s'échauffer dans l'activité tennis de table.

- Réaliser une mise en jeu régulière et assurée permettant, si possible, de mettre l'adversaire en difficulté
- Utiliser et exploiter l'ensemble de la demi-table adverse en produisant des trajectoires variées(direction, longueur, hauteur)
- Produire des trajectoires variés pour dépalcer l'adversaire et le placer en difficulté (jouer dans les espaces libres)
- Se déplacer pour maintenir une posture de frappe stabilisée et permettre une adaptation aux tarajectoires adverses

➤Les objectifs de transformation :

- passer d'un jeu en trajectoires explosives à un jeu en trajectoires variées permettant de destabiliser l'adversaire
- passer d'un jeu d'attente à un jeu d'initiatives visant à placer l'adversaire n difficulté et à provoquer la faute.
- passer d'un jeu statique à un jeu en déplacement par une lecture des trajectoires de l'adversaire.
- passer d'un service, simple mise en jeu à une service régulier et réglementaire qui présente un visage offensif et stratégique
- passer d'un échauffement inexistant ou incomplet à un échauffement spécifique et personnalisé permettant de s'engager dans l'activité dans les meilleures conditions.

➤Les compétences spécifiques :

- Construire un plan de frappe et une posture de frappe stabilisée quelque soit la trajectoire adverse ou le déplacement
- Viser toute la table adverse latéralement et en profondeur pour susciter un renvoi défavorable de l'adversaire.
- Construire la rupture ou la destabilisation de l'adversaire grâce à des trajectoires variées.
- Se déplacer pour frapper la balle, et se replacer après la frappe pour permettre de s'adapter aux trajectoires adverses.
- Réaliser un service réglementaire et varié qui permette dès le début de l'échange de placer l'adversaire dans une situation de difficulté.
- Structurer et respecter les trois moments d'une mise en train permettant de produire un echauffement complet, spécifique et progressif

➤Les contenus d'enseignement :

- Frapper la balle avec un geste adapté (orienté vers le haut et l'avant, raquette ferme, effectué avec l'épaule et le coude, le geste se termine dans la direction où l'élève veut envoyer la balle).
- Utiliser un angle réception / émission horizontal de trajectoire plus ou moins important pour exploiter les zones latérales de la demi-table adverse (jouer sur l'orientation de la raquette)
- Utiliser un angle réception / émission vertical de trajectoire permettant l'utilisation de la profondeur de la table (jouer sur l'inclinaison de la raquette)
- Accélérer la trajectoire de balle en frappant la balle plus fort ou en frappant plus tôt après le rebond
- Modifier le placement du rebond de la balle sur sa table pour varier le service en profondeur
- Mettre en relation le placement de l'adeversaire et les zones vulnérables sur la demi-table adverse
- Mettre en relation la placement de l'adversaire et / ou ses possibilités de replacement et les frappes à effectuer
- Prendre des informations sur l'adversaire (raquette, posture) et sur la trajectoire de balle pour anticiper le déplacement.

10. LES MODALITES D'EVALUATION TERMINALE :

➤FORME :

Rencontre par poule de niveau de 4 à 5 joueurs (les poules sont constitués à partir du classement de fin de cycle)

Match au temps (le temps est variable mais il ne doit pas être trop faible pour que le score soit suffisamment significatif)

Changement de service tous les 5 services.

Points : tous les points valent 1 point mais système de bonus (points gagnants au service et pendant l'échange)

➤MODALITES :

Performance (6 points) : les points de performance sont attribués en fonction du classement dans la poule et du niveau de la poule :

POULE DE 5 JOUEURS

	POULE 1	POULE 2	POULE 3	POULE 4	POULE 5	POULE 6
1 ^{er}	6	5	4	3	2,5	2
2 ^{eme}	6	5	4	3	2,5	2
3 ^{eme}	5,5	4,5	3,5	3	2,5	2
4 ^{eme}	5,5	4,5	3,5	2,5	2	1,5
5 ^{eme}	5	4	3	2,5	2	1,5

POULE DE 4 JOUEURS

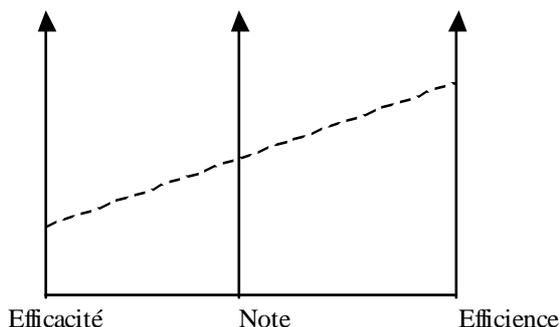
	POULE 1	POULE 2	POULE 3	POULE 4	POULE 5	POULE 6	POULE 7
1 ^{er}	6	5	4	3,5	3	2,5	2
2 ^{eme}	5,5	4,5	4	3,5	3	2,5	2
3 ^{eme}	5,5	4,5	3,5	3	2,5	2	1,5
4 ^{eme}	5	4	3,5	3	2,5	2	1,5

Maîtrise d'exécution (8 points) :

-Indice d'efficacité / Indice d'efficacité (4 points):

$C1 = \text{Somme des points gagnés} \times 100 / \text{somme des points joués}$

$C2 = \text{Somme des points gagnants} \times 100 / \text{somme des points joués}$



On suppose que les contenus doivent se concrétiser également par les résultats des matchs .

-Niveaux de jeu observés à partir de critères définis par l'enseignant en fonction d'une grille d'évaluation (4 points)

Connaissances (3 points)

- S' échauffer (échauffement général, étirements, échauffement spécifique).
- Arbitrer (depuis le minimum: savoir compter les points, jusqu'aux règles minimales)
- Gérer un tournoi et savoir remplir une feuille de match

Progrès / Investissement (3 points)

Les points de progrès sont attribués en tenant compte de la progression du joueur au classement et de la progression de son capital :

- BAISSÉ AU CLASSEMENT ET BAISSÉ DU CAPITAL = 0,5 point
- BAISSÉ AU CLASSEMENT ET HAUSSE DU CAPITAL = 1 point
- MEME CLASSEMENT ET BAISSÉ DU CAPITAL = 1,5 points
- MEME CLASSEMENT ET HAUSSE DU CAPITAL = 2 points
- HAUSSE DU CLASSEMENT ET BAISSÉ DU CAPITAL = 2,5 points
- HAUSSE DU CLASSEMENT ET HAUSSE DU CAPITAL = 3 points

10. VISION CHRONOLOGIQUE DU CYCLE :

Séance 1 : Thème : Apprécier les niveaux de jeu et premier classement



Séance 2 : Thème : Améliorer le maintien de l'échange / Se déplacer pour frapper



Séance 3 : Thème : Se déplacer , anticiper les trajectoires / Le service



Séance 4 : Thème : Stabiliser sa mise en jeu / Création de trajectoires variées (rechercher les diagonales)



Séance 5 : Thème : Optimiser sa mise en jeu / Création de trajectoires variées (direction, longueur)



Séance 6 : Thème : Construction d'une situation favorable par l'utilisation de trajectoires variées



Séance 7 : Thème : Construction d'une situation favorable par l'utilisation de trajectoires variées



Séance 8 : Thème : Construction de la rupture pour la variation des frappes

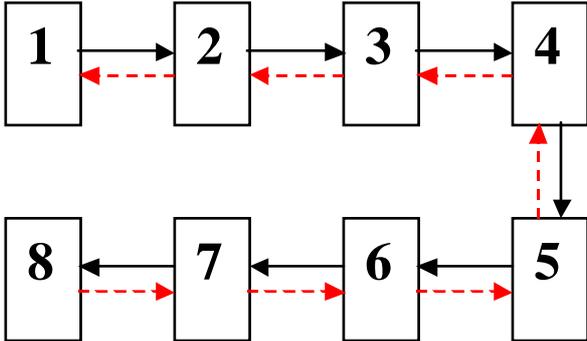


Séance 9 : Thème : Evaluation certificative

11. BIBLIOGRAPHIE:

- P. SENERS, Enseigner des APS : activités physiques scolaires, Edition VIGOT, 1997
C.SEVE, Del'école aux associations : TENNIS DE TABLE, REVUE EPS
CNDP de BOURGOGNE, Didactique de l'EPS : Badminton et sports de raquette
V.LAMOTTE, Leçons d'EPS, DOSSIER EPS n°47, REVUE EPS, 2000

PREPARATION DE SEANCEThème d'enseignement : Apprécier des niveaux de jeu et premier classement

MOMENT	TACHES D'APPRENTISSAGE	
Echauffement	①Echauffement général : Mise en route du système cardio-respiratoire ②Étirements / Mobilisation articulaire : Etirement des muscles et articulations sollicités ③Echauffement spécifique : <u>But</u> : échauffement à la table, placement par affinité, échanger. <u>Description</u> : une table pour deux, pas de contrainte de situation C.R : non définis	⇒Footing pendant 5 min ⇒Connaissance des grands groupes musculaires sollicités en tennis de table (cheville, poignet, épaule.....) ↳ <u>Dispositif</u> : - les élèves sont placés en binôme et ils doivent réaliser des échanges sans contraintes particulières .
Séance	↳ <u>Situation n°1</u> LE RAQUETHON <u>But</u> : faire durer les échanges, les compter ; rappel de la tenue de la raquette et du service réglementaire. <u>Description</u> : changer une fois de partenaire, garder le meilleur score. C.R : non définis	↳ <u>Dispositif</u> : - Tenue de la raquette : entre pouce et index - Service réglementaire : lancer vertical, balle présentée main à plat, en arrière de la table. Evolution : nombre élevé vers la table 12 et nombre faible en milieu (favoriser le nombre de rencontres
	↳ <u>Situation n°2</u> MONTEE - DESCENTE <u>But</u> : gagner le tournoi ou le maximum de matchs en marquant plus de points que ses adversaires. <u>Objectif</u> : Evaluer le niveau de maîtrise de mes élèves par rapport aux différents critères choisis. Déterminer un classement entre mes élèves pour former des groupes de niveaux. Confronter les élèves à l'activité et à ses règles essentielles. <u>Règles</u> : - 4 par terrain : 2 joueurs et 2 arbitres. - durée des matchs : 5 min - Le service est réglementaire et il est alternatif - organisation sous forme de tournois - mode de comptage des points : tie-break - roulement : le perdant descend de terrain et arbitre et le gagnant monte de terrain et arbitre. Les arbitres jouent sur le terrain où ils ont arbitré. <u>Critères d'observation</u> : ♦ La prestation des élèves sera évalué en orientant l'observation sur 4 axes : - Le service : N1 : mise en jeu aléatoire N2 : service régulier assuré N3 : variation et différenciation des services - Les frappes et trajectoires N1 : trajectoires et frappes fortuites (problème pour frapper la balle) N2 : frappes régulières mais essentiellement dans la zone centrale ou aléatoire N3 : frappes variés en jouant sur des paramètres simples	<u>TABLE MONTANTE - DESCENDANTE</u>  <u>Sens de montée</u> - - - - -> <u>Sens de descente</u> ————>

Règles de Fonctionnement :

- Laisser la balle sur la table après la fin du match.
- Le sifflet précise le début et la fin des matchs.
- Lever la main lorsque la table est prête à jouer

- Les déplacements / replacements

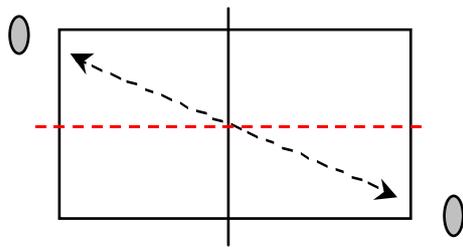
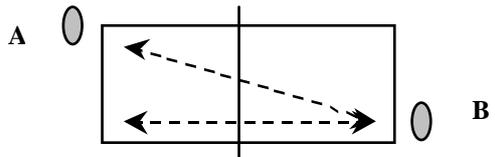
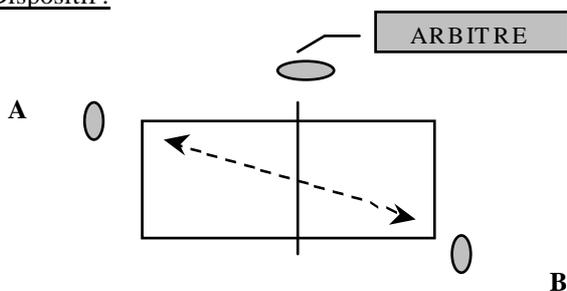
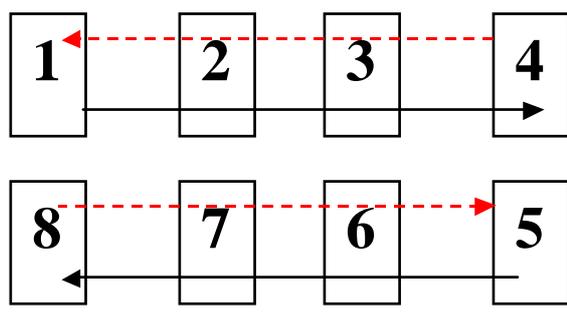
- N1 : Absence de déplacements
- N2 : Déplacements courts et tardifs
- N3 : Déplacements rapides et anticipés (maintien de la posture de frappe)

- Comportement tactique :

- N1 : Jeu sans intention (jeu de renvoi, attente passive de la faute de l'adversaire)
- N2 : Jeu sur la continuité de l'échange (efficacité épisodique)
- N3 : Jeu actif en essayant de placer l'adversaire en difficulté ou dans l'impossibilité de renvoyer

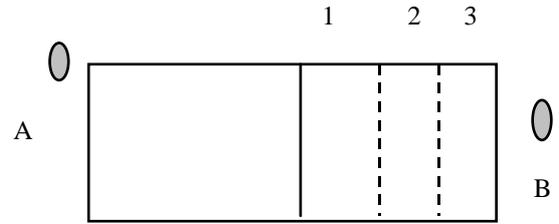
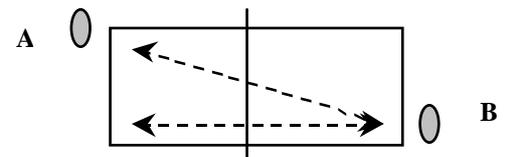
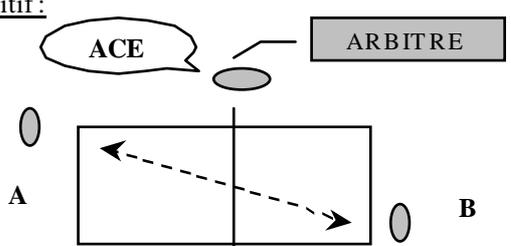
PREPARATION DE SEANCE

Thème d'enseignement : Améliorer le maintien de l'échange / Se déplacer pour frapper

MOMENT	TACHES D'APPRENTISSAGE	
Echauffement	①Echauffement général : Mise en route du système cardio-respiratoire ②Etirements / Mobilisation articulaire : Etirement des muscles et articulations sollicités ③Echauffement spécifique : (voir situation N°1)	⇒Footing pendant 5 min ⇒Connaissance des grands groupes musculaires sollicités en tennis de table (cheville, poignet, épaule.....) ↳ <u>Dispositif</u> : - les élèves sont placés en binôme et ils doivent réaliser des échanges .
Séance	↳ <u>Situation n°1</u> <u>But</u> : systématiser l'échauffement <u>Description</u> : notion de coopération par groupement d'affinité ; coup droit / coup droit (CD) et R / R dans la diagonale; service réglementaire, ne pas chercher à rompre mais doser la frappe pour faire durer l'échange. <u>C.R.</u> : peu de déplacement <u>Variable</u> : - Service : accepter un rebond sur la table - Réaliser la situation sans la raquette : rattraper la balle avec les mains - Envoyer la balle à la main	↳ <u>Dispositif</u> : 
	↳ <u>Situation n°2</u> <u>But</u> : se déplacer pour frapper, anticiper la trajectoire adverse. <u>Description</u> : notion de coopération par groupe de niveau ; deux joueurs A et B ; pour A, jouer placé alternativement CD / R, pour B renvoyer CD <u>C.R.</u> : se déplacer rapidement avec les jambes, plutôt que d'allonger le bras. <u>Variable</u> : - si le niveau est faible jouer 2 fois de suite du même côté avant de changer. - Jouer que en revers ou en CD - Variable de la S	↳ <u>Dispositif</u> : - Tenue de la raquette : entre pouce et index - Service réglementaire : lancer vertical, balle présentée main à plat, en arrière de la table. 
	↳ <u>Situation n°3</u> <u>But</u> : anticiper la trajectoire adverse et améliorer le continuité de l'échange.. <u>Description</u> : trois joueurs A et B et 1 arbitre ; opposition totale et service alternatif mais pointage particulier : 100 points : point après 7 frappes 10 points : point après 3 frappes 1 points : point avant 3 frappes <u>C.R.</u> : se déplacer rapidement et anticiper la trajectoire adverse <u>Variable</u> : si le niveau est faible , varier le mode de comptage Frappe uniquement en CD ou en revers	↳ <u>Dispositif</u> : 
	↳ <u>Situation n°4</u> MONTEE - DESCENTE <u>But</u> : gagner le tournoi ou le maximum de matchs en marquant plus de points que ses adversaires. <u>Objectif</u> : Instaurer une continuité de l'échange et ne pas chercher à rompre rapidement. <u>Règles</u> : - 4 par terrain : 2 joueurs et 2 arbitres. - durée des matchs : 5 min - Le service est réglementaire et il est alternatif. - organisation sous forme de tournois - mode de comptage des points : idem situation précédente	↳ <u>Dispositif</u> : TABLE MONTANTE - DESCENDANTE  Montée -----> Descente ----->

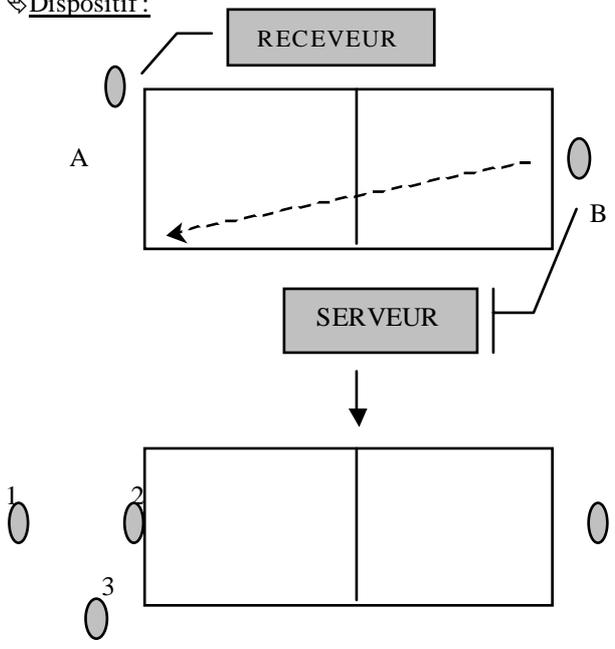
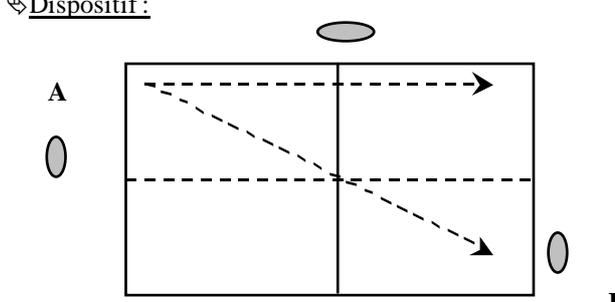
PREPARATION DE SEANCE

Thème d'enseignement : Se déplacer, anticiper les trajectoires / Le service

MOMENT	TACHES D'APPRENTISSAGE																														
Echauffement	①Echauffement général : Mise en route du système cardio-respiratoire ②Etirements / Mobilisation articulaire : Etirement des muscles et articulations sollicités ③Echauffement spécifique : (voir situation N°2)	⇨Footing pendant 5 min ⇨Connaissance des grands groupes musculaires sollicités en tennis de table (cheville, poignet, épaule.....) ↳ <u>Dispositif</u> : - les élèves sont placés en binôme et ils doivent réaliser des échanges .																													
Séance	↳ <u>Situation n°1</u> But : réaliser une service réglementaire et varié Description : deux joueurs A et B par table, A au service, B neutre (arrête les balles ou renvoie) Thème de travail : service placé long - court pour améliorer la précision du service Critères de réalisation : doser la frappe lors de l'impact et jouer sur l'orientation et l'inclinaison de la raquette / varier le lieu du rebond au service C.R. : atteindre les différentes zones (largeur / longueur)	↳ <u>Dispositif</u> : <div style="text-align: center;">  </div> Variables : - Diminuer ou agrandir la la taille des zones - Jongler avec la balle avant de servir / Augmenter l'espace de jeu (au sol) - Placer des zones en largeur																													
	↳ <u>Situation n°2</u> But : se déplacer pour frapper, anticiper la trajectoire adverse. Description : notion de coopération par groupe de niveau ; deux joueurs A et B ; pour A, jouer placé alternativement CD / R, pour B renvoyer CD / joué placé au départ puis match à la 5 ^{ème} balle en 15 points. Frappe uniquement en CD C.R. : se déplacer rapidement avec les jambes, plutôt que d'allonger le bras.	↳ <u>Dispositif</u> : - Tenue de la raquette : entre pouce et index - Service réglementaire : lancer vertical, balle présentée main à plat, en arrière de la table. <div style="text-align: center;">  </div> Variable : si le niveau est faible jouer 2 fois de suite du même côté avant de changer.																													
	↳ <u>Situation n°3</u> But : améliorer la précision du service et utilité tactique du service. Description : trois joueurs A et B et 1 arbitre ; opposition totale et service alternatif (5 services) mais pointage particulier / Match au temps 10 points : point marqué directement sur le service (ACE) 5 points : point après 3 frappes 1 points : point avant 3 frappes	↳ <u>Dispositif</u> : <div style="text-align: center;">  </div> C.R. : se déplacer rapidement et anticiper la trajectoire adverse Variable : varier le mode de comptage / 2 ^{ème} chance au service																													
	↳ <u>Situation n°4</u> <h3 style="text-align: center;">MATCH POULE</h3> But : gagner le tournoi ou le maximum de matchs en marquant plus de points que ses adversaires. Objectif : Se déplacer et se replacer entre chaque touche de balle. Anticiper les trajectoires. Règles : - 4 par terrain : 2 joueurs et 2 arbitres. - durée des matchs : 5 min - Le service est réglementaire et il est alternatif. - organisation sous forme de tournois - mode de comptage des points : idem situation précédente	↳ <u>Dispositif</u> : <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 5px;"> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <thead> <tr> <th></th> <th>1</th> <th>2</th> <th>3</th> <th>4</th> <th>TOTAL</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <th>1</th> <td style="background-color: #cccccc;"></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <th>2</th> <td></td> <td style="background-color: #cccccc;"></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <th>3</th> <td></td> <td></td> <td style="background-color: #cccccc;"></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <th>4</th> <td></td> <td></td> <td></td> <td style="background-color: #cccccc;"></td> <td></td> </tr> </tbody> </table> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> POULE 4 : 1-2 / 3-4 / 1-3 / 2-4 / 1-4 / 2-3 </div>		1	2	3	4	TOTAL	1						2						3						4				
	1	2	3	4	TOTAL																										
1																															
2																															
3																															
4																															

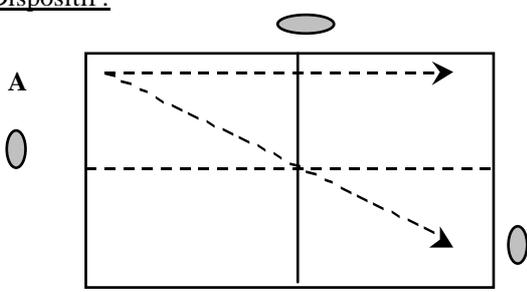
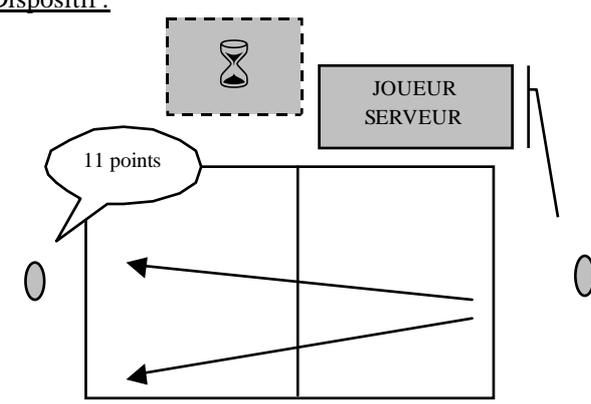
PREPARATION DE SEANCE

Thème d'enseignement : Optimiser sa mise en jeu / Création de trajectoires variées (Recherche des diagonales)

MOMENT	TACHES D'APPRENTISSAGE																														
Echauffement	<p>①Echauffement général : Mise en route du système cardio-respiratoire</p> <p>②Etirements / Mobilisation articulaire : Etirement des muscles et articulations sollicités</p> <p>③Echauffement spécifique : Travail des routines en CD et en revers</p>	<p>⇒Footing pendant 5 min</p> <p>⇒Connaissance des grands groupes musculaires sollicités en tennis de table (cheville, poignet, épaule.....)</p> <p>↳Dispositif : - les élèves sont placés en binôme et ils doivent réaliser des échanges .</p>																													
Séance	<p>☛Situation n°1</p> <p>But : gagner le match</p> <p>Objectif : Intégration des contraintes réglementaires du service. Exploitation d'un déséquilibre, gestion/sécurité et puissance/précision. Construction de schémas tactiques simples à partir du service.</p> <p>Description : Match en 11 points, mais le receveur du service est décalé à l'extérieur du prolongement latéral de la table. Le serveur a deux frappes pour marquer le point, sinon l'échange continue mais il marque aucun point.</p> <p>Critères de réalisation : Doser la frappe lors de l'impact et jouer sur l'orientation et l'inclinaison de la raquette. Prendre des informations sur le placement de l'adversaire. Identifier la situation favorable.</p> <p>Variables : V1 : départ du relanceur de l'autre côté. V2 : Nombre de frappes autorisées au serveur pour marquer.</p>	<p>↳Dispositif :</p> 																													
	<p>☛Situation n°2</p> <p>But : gagner le match ou le tournoi</p> <p>Objectif : Création et adaptation de trajectoires variées. Amélioration du déplacement/ placement spécifique à l'activité.</p> <p>Description : 2 équipes de 2 joueurs mais les matchs sont en 1C1 et c'est la première équipes à 4 victoires. Set de 11 points avec service alterné à chaque point : interdiction de jouer 3 fois de suite dans la même zone.</p> <p>C.R. : Se déplacer rapidement et anticiper la trajectoire adverse. Mettre en relation son projet de frappe et ses prises d'infos.</p>	<p>↳Dispositif :</p>  <p>Variable : - Jeu en 4 zones. - Jeu libre après la quatrième frappe - Jeu uniquement en revers ou coup droit.</p>																													
	<p>☛Situation n°4</p> <p style="text-align: center;">MATCH POULE</p> <p>But : gagner le tournoi ou le maximum de matchs en marquant plus de points que ses adversaires.</p> <p>Objectif : Se déplacer et se replacer entre chaque touche de balle. Anticiper les trajectoires.</p> <p>Règles : - 4 par terrain : 2 joueurs et 2 arbitres. - durée des matchs : 5 min - Le service est réglementaire et il est alternatif - organisation sous forme de tournois - mode de comptage des points : Service gagnant / Aces = 5 points Système de points (Zone interdite) = - 1 point</p>	<p>↳Dispositif :</p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th></th> <th>1</th> <th>2</th> <th>3</th> <th>4</th> <th>TOTAL</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <th>1</th> <td style="background-color: #cccccc;"></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <th>2</th> <td></td> <td style="background-color: #cccccc;"></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <th>3</th> <td></td> <td></td> <td style="background-color: #cccccc;"></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <th>4</th> <td></td> <td></td> <td></td> <td style="background-color: #cccccc;"></td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px; text-align: center;"> <p>POULE 4 : 1-2 / 3-4 / 1-3 / 2-4 / 1-4 / 2-3</p> </div>		1	2	3	4	TOTAL	1						2						3						4				
	1	2	3	4	TOTAL																										
1																															
2																															
3																															
4																															

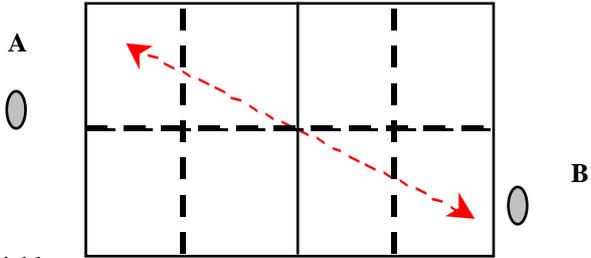
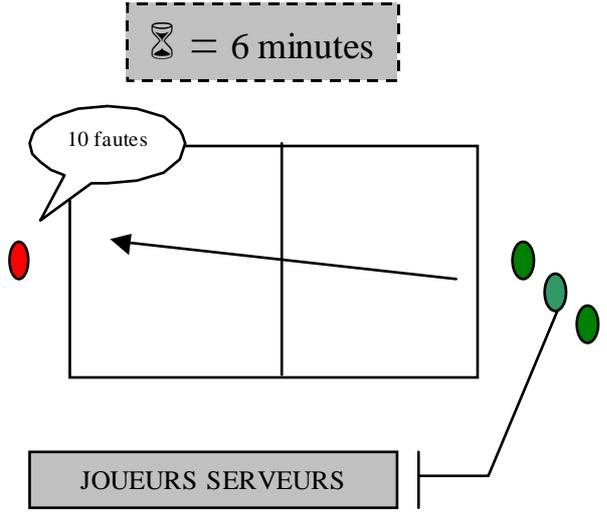
PREPARATION DE SEANCE

Thème d'enseignement : Optimiser sa mise en jeu / Création de trajectoires variées (Utilisation des espaces libres)

MOMENT	TACHES D'APPRENTISSAGE																			
Echauffement	<p>①Echauffement général : Mise en route du système cardio-respiratoire</p> <p>②Etirements / Mobilisation articulaire : Etirement des muscles et articulations sollicités</p> <p>③Echauffement spécifique : échauffement avec des tournantes</p>	<p>⇒Footing pendant 5 min</p> <p>⇒Connaissance des grands groupes musculaires sollicités en tennis de table (cheville, poignet, épaule.....)</p> <p>↳<u>Dispositif</u> : - les élèves sont placés en binôme et ils doivent réaliser des échanges .</p>																		
Séance	<p>☞<u>Situation n°1</u> <u>But</u> : gagner le match ou le tournoi <u>Objectif</u> : Création et adaptation de trajectoires variées. Amélioration du déplacement/ placement spécifique à l'activité. <u>Description</u> :2 équipes de 2 joueurs mais les matchs sont en 1C1 et c'est la première équipe à 4 victoires. Set de 11 points avec service alterné à chaque point : interdiction de jouer 3 fois de suite dans la même zone. <u>C.R</u> : Se déplacer rapidement et anticiper la trajectoire adverse. Mettre en relation son projet de frappe et ses prises d'infos.</p>	<p>↳<u>Dispositif</u> :</p>  <p><u>Variable</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Jeu en 4 zones. - Jeu libre après la quatrième frappe - Jeu uniquement en revers ou coup droit. - Possibilité de modifier le nombre de Frappes 																		
	<p>☞<u>Situation n°2</u> <u>But</u> : faire perdre son adversaire le plus rapidement possible <u>Objectif</u> : Exploitation d'un déséquilibre, gestion/sécurité et puissance/précision. Construction de schémas tactiques simples à partir du service. <u>Description</u> : match en 1C1 et groupe de 3 (2 joueurs et 1 arbitre), un des 2 joueurs a 11 points et le but de son adversaire est de lui faire perdre tous ses points le plus rapidement possible. 1Chrono par groupe / Service pour celui qui n'a pas les 11 points. <u>Critères de réalisation</u> : Varier les trajectoires pour placer l'adversaire loin de la balle Placer l'adversaire en difficulté dès le service. Identifier la situation favorable.</p>	<p>↳<u>Dispositif</u> :</p>  <p><u>Variables</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> - les deux ont le bonus de 11 points - diminuer ou augmenter le capital de points (handicap) - Bonus x 2 : point gagnant au service ou dans l'échange 																		
	<p>☞<u>Situation n°3</u> <b style="text-align: center;">LE DEFI <u>But</u> : gagner le maximum de matchs pour monter dans le classement. <u>Objectif</u> : Intégrer l'aspect offensif du service. Mettre l'adversaire en difficulté par des frappes variées. <u>Règles</u> : - Les joueurs sont classés et ils peuvent rencontrer qui ils veulent. Les règles du jeu sont présentés dans la feuille ci-jointe. - durée des matchs : 5 min - Le service est réglementaire et changement tous les 5 services - mode de comptage des points : POINT GAGNANT = 5 points SERVICE GAGNANT = 5 points</p>	<p>↳<u>Dispositif</u> :</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; text-align: center;"> <p><u>CLASSEMENT</u></p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 20%;">PLACE</th> <th>JOUEUR</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td style="text-align: center;">1</td><td>Nicolas</td></tr> <tr><td style="text-align: center;">2</td><td>Jérôme</td></tr> <tr><td style="text-align: center;">3</td><td>Sophie</td></tr> <tr><td style="text-align: center;">4</td><td>Jason</td></tr> <tr><td style="text-align: center;">5</td><td>Adrien</td></tr> <tr><td style="text-align: center;">6</td><td>Kevin</td></tr> <tr><td style="text-align: center;">7</td><td>Julie</td></tr> <tr><td style="text-align: center;">8</td><td>Sébastien</td></tr> </tbody> </table> </div>	PLACE	JOUEUR	1	Nicolas	2	Jérôme	3	Sophie	4	Jason	5	Adrien	6	Kevin	7	Julie	8	Sébastien
PLACE	JOUEUR																			
1	Nicolas																			
2	Jérôme																			
3	Sophie																			
4	Jason																			
5	Adrien																			
6	Kevin																			
7	Julie																			
8	Sébastien																			

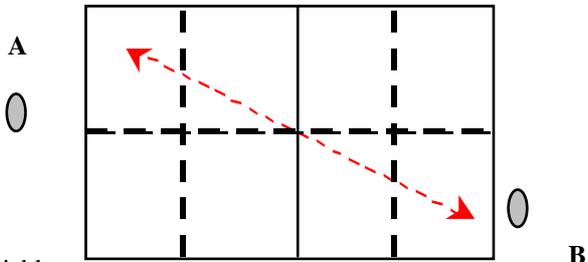
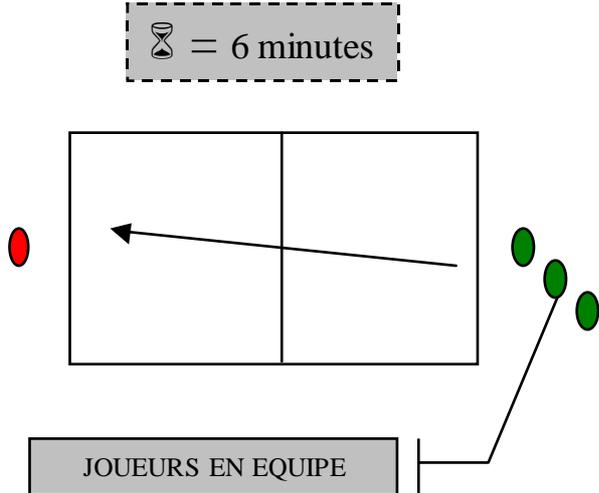
PREPARATION DE SEANCE

Thème d'enseignement : Construction d'une situation favorable par une variation des trajectoires.

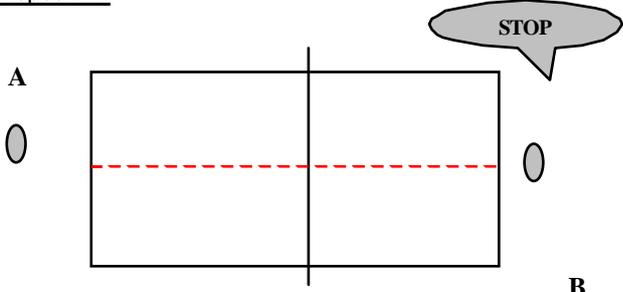
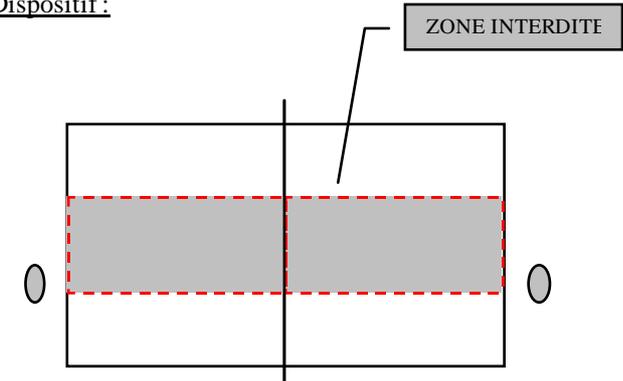
MOMENT	TACHES D'APPRENTISSAGE																			
Echauffement	<p>①Echauffement général : Mise en route du système cardio-respiratoire</p> <p>②Étirements / Mobilisation articulaire : Etirement des muscles et articulations sollicités</p> <p>③Echauffement spécifique : échauffement avec des tournantes</p>	<p>⇒Footing pendant 5 min</p> <p>⇒Connaissance des grands groupes musculaires sollicités en tennis de table (cheville, poignet, épaule.....)</p> <p>↳Dispositif : - les élèves sont placés en binôme et ils doivent réaliser des échanges .</p>																		
Séance	<p>☛Situation n°1</p> <p>But : gagner le match ou le tournoi</p> <p>Objectif : Création et adaptation de trajectoires variées. Amélioration du déplacement/ placement spécifique à l'activité.</p> <p>Description :2 équipes de 2 joueurs mais les matchs sont en 1C1 et c'est la première équipe à 4 victoires. Set de 11 points avec service alterné à chaque point : interdiction de jouer 3 fois de suite dans la même zone.</p> <p>C.R : Se déplacer rapidement et anticiper la trajectoire adverse. Mettre en relation son projet de frappe et ses prises d'infos.</p>	<p>↳Dispositif :</p> <div style="text-align: center;">  </div> <p>Variable :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Jeu en 4 zones / Modifier le nombre d'envois dans chaque zone - Jeu libre après la quatrième frappe - Jeu uniquement en revers ou coup droit. - Jeu en coopération (lancer la balle et l'envoyer) 																		
	<p>☛ Situation n°2</p> <p>But : faire perdre le plus de points à son adversaire dans un temps donné</p> <p>Objectif : Exploitation d'un déséquilibre, gestion/sécurité et puissance/précision. Construction de schémas tactiques simples à partir du service. (gagner du temps et de l'espace) Résister en défendant à une pression offensive</p> <p>Description : 3 joueurs en équipe tentent de faire provoquer le plus de fautes possibles à un adversaire seul sur une durée de six minutes. (chronométrage). Le match se déroule en deux temps : 1^{er} temps (l'équipe ne se concerte pas) et 2^{ème} temps (l'équipe se concerte)</p> <p>Critères de réalisation : Amélioration de la capacité à attaquer en faisant des choix pertinents de trajectoires. Identifier les points faibles de l'adversaire. Identifier les situations favorables et défavorables.</p>	<p>↳Dispositif :</p> <div style="text-align: center;">  </div>																		
	<p>☛Situation n°3</p> <p style="text-align: center;">LE DEFI</p> <p>But : gagner le maximum de matchs pour monter dans le classement.</p> <p>Objectif : Intégrer l'aspect offensif du service. Mettre l'adversaire en difficulté par des frappes variées.</p> <p>Règles : - Les joueurs sont classés et ils peuvent rencontrer qui ils veulent. Les règles du jeu sont présentés dans la feuille ci-jointe. - durée des matchs : 5 min - Le service est réglementaire et changement tous les 5 services - mode de comptage des points : POINT GAGNANT = 5 points SERVICE GAGNANT = 5 points</p>	<p>↳Dispositif :</p> <div style="text-align: center;"> <p><u>CLASSEMENT</u></p> <table border="1" style="margin: auto;"> <thead> <tr> <th style="width: 15%;">PLACE</th> <th style="width: 85%;">JOUEUR</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td style="text-align: center;">1</td><td>Nicolas</td></tr> <tr><td style="text-align: center;">2</td><td>Jérôme</td></tr> <tr><td style="text-align: center;">3</td><td>Sophie</td></tr> <tr><td style="text-align: center;">4</td><td>Jason</td></tr> <tr><td style="text-align: center;">5</td><td>Adrien</td></tr> <tr><td style="text-align: center;">6</td><td>Kevin</td></tr> <tr><td style="text-align: center;">7</td><td>Julie</td></tr> <tr><td style="text-align: center;">8</td><td>Sébastien</td></tr> </tbody> </table> </div>		PLACE	JOUEUR	1	Nicolas	2	Jérôme	3	Sophie	4	Jason	5	Adrien	6	Kevin	7	Julie	8
PLACE	JOUEUR																			
1	Nicolas																			
2	Jérôme																			
3	Sophie																			
4	Jason																			
5	Adrien																			
6	Kevin																			
7	Julie																			
8	Sébastien																			

PREPARATION DE SEANCE

Thème d'enseignement : Construction de la rupture par une variation des trajectoires.

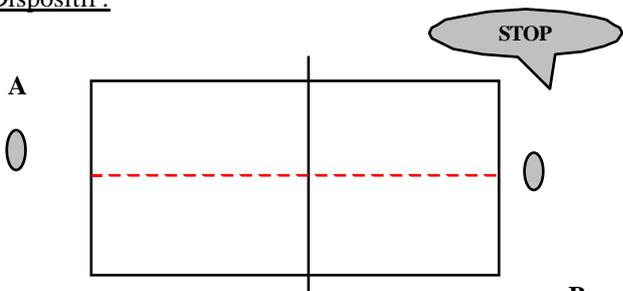
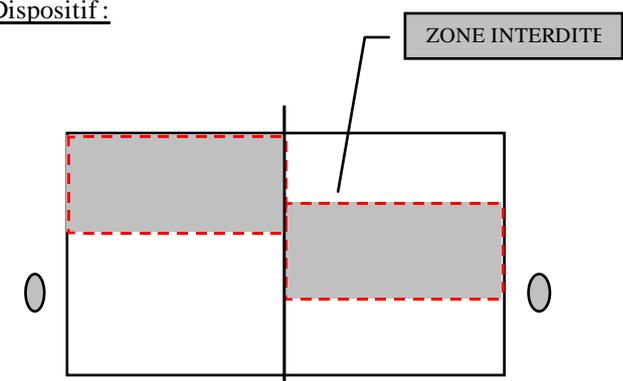
MOMENT	TACHES D'APPRENTISSAGE																		
Echauffement	<p>①Echauffement général : Mise en route du système cardio-respiratoire</p> <p>②Etirements / Mobilisation articulaire : Etirement des muscles sollicités</p> <p>③Echauffement spécifique</p>	<p>⇒Footing pendant 5 min</p> <p>⇒Connaissance des grands groupes musculaires sollicités en badminton (Quadriceps, Mollet, Ischio-jambier)</p>																	
Séance	<p>☛Situation n°1</p> <p>But : gagner le match ou le tournoi</p> <p>Objectif : Création et adaptation de trajectoires variées. Amélioration du déplacement/ placement spécifique à l'activité.</p> <p>Description : 2 équipes de 2 joueurs mais les matchs sont en 1C1 et c'est la première équipe à 4 victoires. Set de 11 points avec service alterné à chaque point : interdiction de jouer 3 fois de suite dans la même zone.</p> <p>C.R. : Se déplacer rapidement et anticiper la trajectoire adverse. Mettre en relation son projet de frappe et ses prises d'infos.</p>	<p>☛Dispositif :</p> <div style="text-align: center;">  </div> <p>Variable :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Jeu en 4 zones. - Jeu libre après la quatrième frappe - Jeu uniquement en revers ou coup droit. 																	
	<p>☛Situation n°2</p> <p>But : faire perdre le plus de points à son adversaire dans un temps donné</p> <p>Objectif : Exploitation d'un déséquilibre, gestion/sécurité et puissance/précision. Construction de schémas tactiques simples à partir du service. (gagner du temps et de l'espace) Résister en défendant à une pression offensive</p> <p>Description : 3 joueurs en équipe tentent de faire provoquer le plus de fautes possibles à un adversaire seul sur une durée de six minutes. (chronométrage). Le match se déroule en deux temps : 1^{er} temps (l'équipe ne se concerte pas) et 2^{ème} temps (l'équipe se concerte)</p> <p>Critères de réalisation : Amélioration de la capacité à attaquer en faisant des choix pertinents de trajectoires. Identifier les points faibles de l'adversaire. Identifier les situations favorables et défavorables.</p>	<p>☛Dispositif :</p> <div style="text-align: center;">  </div>																	
	<p>☛Situation n°3</p> <p style="text-align: center;">LE DEFI</p> <p>But : gagner le maximum de matchs pour monter dans le classement.</p> <p>Objectif : Intégrer l'aspect offensif du service. Mettre l'adversaire en difficulté par des frappes variées.</p> <p>Règles : - Les joueurs sont classés et ils peuvent rencontrer qui ils veulent. Si le joueur gagne, il peut prendre la place du joueur si celui-ci est mieux classé et inversement. - durée des matchs : 5 min - Le service est réglementaire et il est alternatif.</p>	<p>☛Dispositif :</p> <div style="text-align: center;"> <p><u>CLASSEMENT</u></p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 20%;">PLACE</th> <th>JOUEUR</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td style="text-align: center;">1</td><td>Nicolas</td></tr> <tr><td style="text-align: center;">2</td><td>Jérôme</td></tr> <tr><td style="text-align: center;">3</td><td>Sophie</td></tr> <tr><td style="text-align: center;">4</td><td>Jason</td></tr> <tr><td style="text-align: center;">5</td><td>Adrien</td></tr> <tr><td style="text-align: center;">6</td><td>Kevin</td></tr> <tr><td style="text-align: center;">7</td><td>Julie</td></tr> <tr><td style="text-align: center;">8</td><td>Sébastien</td></tr> </tbody> </table> </div>	PLACE	JOUEUR	1	Nicolas	2	Jérôme	3	Sophie	4	Jason	5	Adrien	6	Kevin	7	Julie	8
PLACE	JOUEUR																		
1	Nicolas																		
2	Jérôme																		
3	Sophie																		
4	Jason																		
5	Adrien																		
6	Kevin																		
7	Julie																		
8	Sébastien																		

PREPARATION DE SEANCEThème d'enseignement : Construction de la rupture par une variation des trajectoires.

MOMENT	TACHES D'APPRENTISSAGE																			
Echauffement	①Echauffement général : Mise en route du système cardio-respiratoire ②Étirements / Mobilisation articulaire : Etirement des muscles et articulations sollicités ③Echauffement spécifique : Situation N°1	⇒Footing pendant 5 min ⇒Connaissance des grands groupes musculaires sollicités en tennis de table (cheville, poignet, épaule.....) ↳Dispositif : - les élèves sont placés en binôme et ils doivent réaliser des échanges .																		
Séance	↳ Situation n°1 But : gagner le match . Objectif : Utiliser les espaces vulnérables de la cible adverse afin de le mettre en difficulté. Description : Les élèves sont répartis sur l'ensemble des tables en binôme. Situation d'opposition : le but est de provoquer le plus rapidement possible 10 fautes à son adversaire. Les matchs commencent en même temps et la première table qui arrive à 10 fautes crie STOP et arrêtent les autres matchs. Une autre période recommence ensuite mais les joueurs doivent changer d'adversaire.	↳Dispositif :  Variable : - Placer un handicap à un des joueurs - Augmenter ou diminuer le nombre de fautes																		
	↳ Situation n°2 But : gagner le match contre son adversaire Objectif : Variation des trajectoires en direction et en longueur. Utiliser des trajectoires différentes pour mettre l'adversaire en difficulté Description : Situation d'opposition : match en 1C1 en 21 points. Les joueurs ne peuvent jouer sur l'ensemble de la demi-table adverse, en effet des zones sont dessinées et elles sont interdites. Le joueur qui fait rebondir la balle dans la zone perd l'échange et donne un point à son adversaire. Variables : - augmenter ou diminuer la zone. - placer les zones dans la largeur de la table - Permettre au plus faible un ou deux rebonds dans la zone	↳Dispositif : 																		
	↳ Situation n°3 LE DEFI But : gagner le maximum de matchs pour monter dans le classement. Objectif : Intégrer l'aspect offensif du service. Mettre l'adversaire en difficulté par des frappes variées. Règles : - Les joueurs sont classés et ils peuvent rencontrer qui ils veulent. Les règles du jeu sont présentés dans la feuille ci-jointe. - durée des matchs : 5 min - Le service est réglementaire et changement tous les 5 services - mode de comptage des points : 5 points = Service gagnant - 1 point = Frappe dans la zone interdite	↳Dispositif : <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; text-align: center;"> <u>CLASSEMENT</u> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 20%;">PLACE</th> <th>JOUEUR</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td style="text-align: center;">1</td><td>Nicolas</td></tr> <tr><td style="text-align: center;">2</td><td>Jérôme</td></tr> <tr><td style="text-align: center;">3</td><td>Sophie</td></tr> <tr><td style="text-align: center;">4</td><td>Jason</td></tr> <tr><td style="text-align: center;">5</td><td>Adrien</td></tr> <tr><td style="text-align: center;">6</td><td>Kevin</td></tr> <tr><td style="text-align: center;">7</td><td>Julie</td></tr> <tr><td style="text-align: center;">8</td><td>Sébastien</td></tr> </tbody> </table> </div>	PLACE	JOUEUR	1	Nicolas	2	Jérôme	3	Sophie	4	Jason	5	Adrien	6	Kevin	7	Julie	8	Sébastien
PLACE	JOUEUR																			
1	Nicolas																			
2	Jérôme																			
3	Sophie																			
4	Jason																			
5	Adrien																			
6	Kevin																			
7	Julie																			
8	Sébastien																			

PREPARATION DE SEANCE

Thème d'enseignement : Construction de la rupture par une variation des trajectoires.

MOMENT	TACHES D'APPRENTISSAGE																														
Echauffement	<p>①Echauffement général : Mise en route du système cardio-respiratoire</p> <p>②Etirements / Mobilisation articulaire : Etirement des muscles et articulations sollicités</p> <p>③Echauffement spécifique :</p>	<p>L' échauffement est pris en charge par les élèves. Cela doit me permettre d' évaluer leurs connaissances et leurs compétences sur l' échauffement (« SAVOIR S'ÉCHAUFFER »)</p> <p>Les élèves sont répartis par groupe de 3 ou 4 élèves et chaque personne du groupe doit prendre en charge un des trois moments de l' échauffement.</p>																													
Séance	<p>☛Situation n°1</p> <p><u>But</u> : gagner le match .</p> <p><u>Objectif</u> : Utiliser les espaces vulnérables de la cible adverse afin de le mettre en difficulté.</p> <p><u>Description</u> : Les élèves sont répartis sur l' ensemble des tables en binôme. Situation d' opposition : le but est de provoquer le plus rapidement possible 10 fautes à son adversaire. Les matchs commencent en même temps et la première table qui arrive à 10 fautes crie STOP et arrêtent les autres matchs. Une autre période recommence ensuite mais les joueurs doivent changer d' adversaire.</p>	<p>☛<u>Dispositif</u> :</p>  <p style="text-align: right;">B</p> <p><u>Variable</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Placer un handicap à un des joueurs - Augmenter ou diminuer le nombre de fautes 																													
	<p>☛Situation n°2</p> <p><u>But</u> : gagner le match contre son adversaire</p> <p><u>Objectif</u> : Variation des trajectoires en direction et en longueur.</p> <p>Utiliser des trajectoires différentes pour mettre l' adversaire en difficulté</p> <p><u>Description</u> : Situation d' opposition : match en 1C1 en 21 points. Les joueurs ne peuvent jouer sur l' ensemble de la demi-table adverse, en effet des zones sont dessinées et elles sont interdites. Le joueur qui fait rebondir la balle dans la zone perd l' échange et donne un point à son adversaire.</p> <p><u>Variables</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> - augmenter ou diminuer la zone. - placer les zones dans la largeur de la table - placer des handicaps de points au départ (ex : 5-0) - réaliser la situation en coopération 	<p>☛<u>Dispositif</u> :</p> 																													
	<p>☛Situation n°3</p> <p style="text-align: center;">MATCH POULE</p> <p><u>But</u> : gagner le tournoi ou le maximum de matchs en marquant plus de points que ses adversaires.</p> <p><u>Objectif</u> : Se déplacer et se replacer entre chaque touche de balle. Anticiper les trajectoires.</p> <p><u>Règles</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> - 4 par terrain : 2 joueurs et 2 arbitres. - durée des matchs : 5 min - Le service est réglementaire et il est alternatif. - organisation sous forme de tournois mode de comptage des points : idem situation précédente + BONUS (service, point gagnant) 	<p>☛<u>Dispositif</u> :</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <thead> <tr> <th></th> <th>1</th> <th>2</th> <th>3</th> <th>4</th> <th>TOTAL</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <th>1</th> <td style="background-color: #cccccc;"></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <th>2</th> <td></td> <td style="background-color: #cccccc;"></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <th>3</th> <td></td> <td></td> <td style="background-color: #cccccc;"></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <th>4</th> <td></td> <td></td> <td></td> <td style="background-color: #cccccc;"></td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 5px;"> <p>POULE 4 : 1-2 / 3-4 / 1-3 / 2-4 / 1-4 / 2-3</p> </div>		1	2	3	4	TOTAL	1						2						3						4				
	1	2	3	4	TOTAL																										
1																															
2																															
3																															
4																															

PREPARATION DE SEANCE*Thème d'enseignement : EVALUATION CERTIFICATIVE*

MOMENT	TACHES D'APPRENTISSAGE																																	
Echauffement	①Echauffement général : Mise en route du système cardio-respiratoire ②Étirements / Mobilisation articulaire : Etirement des muscles et articulations sollicités ③Echauffement spécifique :	L'échauffement est pris en charge par les élèves. Cela doit me permettre d'évaluer leurs connaissances et leurs compétences sur l'échauffement (« SAVOIR S'ÉCHAUFFER ») Les élèves sont répartis par groupe de 3 ou 4 élèves et chaque personne du groupe doit prendre en charge un des trois moments de l'échauffement.																																
Séance	Situation n°1 MATCH POULE <u>But</u> : gagner le tournoi ou le maximum de matchs en marquant plus de points que ses adversaires. <u>Objectif</u> : Se déplacer pour frapper Réaliser un service assuré et varié qui permette de placer l'adversaire en difficulté. Produire des trajectoires variés (direction, longueur, force) pour destabiliser l'adversaire <u>Règles</u> : - 4 par terrain (poule de niveau) : 2 joueurs et 2 arbitres. - durée des matchs : 6 min - Le service est réglementaire et il change de mains tous les 5 services. - Organisation sous forme de tournois : les élèves disposent d'une feuille de résultat (où ils inscrivent les résultats des matchs) et une feuille de match (où est inscrit l'ordre des matchs et le responsable de table)	<u>Dispositif</u> : <u>Exemple</u> : <table border="1" style="margin-top: 10px;"> <thead> <tr style="background-color: red;"> <th colspan="2">TERRAIN 1</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>EQUIPE 1</td> <td>BREMONT VIRGINIE</td> </tr> <tr> <td>EQUIPE 2</td> <td>RENAUX BORIS</td> </tr> <tr> <td>EQUIPE 3</td> <td>BATILLOT GARY</td> </tr> </tbody> </table> <u>Règle de fonctionnement</u> : - Les matchs débutent et s'arrêtent au coup de sifflet. - Interdiction de déplacer les balles des tables (on laisse la balle sur la table que l'on a joué) - Les joueurs lèvent la main lorsqu'ils sont prêts à jouer <u>Mode de comptage des points</u> : - tous points valent 1 point sauf sur service gagnant et sur un point gagnant (les points comptent double) <u>Evaluation</u> : Les élèves doivent remplir une fiche d'observation qui permettra de déterminer leur niveau de maîtrise : -Indice d'efficacité / Indice d'efficience (4 points): C1= Somme des points gagnés x 100 / somme des points joués C2 = Somme des points gagnants x 100 / somme des points joués	TERRAIN 1		EQUIPE 1	BREMONT VIRGINIE	EQUIPE 2	RENAUX BORIS	EQUIPE 3	BATILLOT GARY																								
TERRAIN 1																																		
EQUIPE 1	BREMONT VIRGINIE																																	
EQUIPE 2	RENAUX BORIS																																	
EQUIPE 3	BATILLOT GARY																																	
EXEMPLE DE FEUILLE DE MATCH <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td rowspan="2">MATCH 1</td> <td>BREMONT VIRGINIE</td> <td rowspan="2">MATCH 3</td> <td>BREMONT VIRGINIE</td> <td rowspan="2">MATCH 5</td> <td>BATILLOT GARY</td> </tr> <tr> <td>RENAUX BORIS</td> <td>BATILLOT GARY</td> <td>RENAUX BORIS</td> </tr> <tr> <td rowspan="2">MATCH 2</td> <td>BATILLOT GARY</td> <td rowspan="2">MATCH 4</td> <td>BREMONT VIRGINIE</td> <td rowspan="2">MATCH 6</td> <td>BREMONT VIRGINIE</td> </tr> <tr> <td>RENAUX BORIS</td> <td>RENAUX BORIS</td> <td>BATILLOT GARY</td> </tr> </table>			MATCH 1	BREMONT VIRGINIE	MATCH 3	BREMONT VIRGINIE	MATCH 5	BATILLOT GARY	RENAUX BORIS	BATILLOT GARY	RENAUX BORIS	MATCH 2	BATILLOT GARY	MATCH 4	BREMONT VIRGINIE	MATCH 6	BREMONT VIRGINIE	RENAUX BORIS	RENAUX BORIS	BATILLOT GARY														
MATCH 1	BREMONT VIRGINIE	MATCH 3		BREMONT VIRGINIE		MATCH 5		BATILLOT GARY																										
	RENAUX BORIS		BATILLOT GARY	RENAUX BORIS																														
MATCH 2	BATILLOT GARY	MATCH 4	BREMONT VIRGINIE	MATCH 6	BREMONT VIRGINIE																													
	RENAUX BORIS		RENAUX BORIS		BATILLOT GARY																													
EXEMPLE DE FEUILLE DE RESULTAT <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <thead> <tr> <th>EQUIPE</th> <th></th> <th>MATCH 1</th> <th></th> <th>MATCH 2</th> <th></th> <th>MATCH 3</th> <th></th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td> <td>BREMONT VIRGINIE</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>RENAUX BORIS</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>BATILLOT GARY</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>			EQUIPE		MATCH 1		MATCH 2		MATCH 3		1	BREMONT VIRGINIE							2	RENAUX BORIS							3	BATILLOT GARY						
EQUIPE		MATCH 1		MATCH 2		MATCH 3																												
1	BREMONT VIRGINIE																																	
2	RENAUX BORIS																																	
3	BATILLOT GARY																																	

