

Débuter au tennis de table... en jouant LE PING-PONG, UN JEU DE DÉSÉQUILIBRE

Jouer au tennis de table c'est d'abord apprendre à s'opposer donc à ne plus faire de faute directe et chercher à gêner son adversaire en créant de l'incertitude (temporelle, spatiale et événementielle) dans l'intention de déséquilibrer le rapport de force à son avantage.

Au tennis de table, tout est petit :

- une petite balle qui pose des problèmes d'anticipation-coïncidence et de pilotage ;
- une petite raquette, continuité de la main du/de la pongiste, qui pose des problèmes de tenue pour assurer le coup droit et le revers ;
- une petite table qui pose les problèmes d'orientation et d'intensité pour garder la balle sur la table, elle pose aussi des problèmes de posture du/de la pongiste pour jouer la balle sans jamais toucher la table.

Les acteurs/trices des jeux seront, au gré de l'action, attaquant-e, celui/celle qui va décider de prendre l'initiative pour marquer le point - c'est apprendre à prendre des risques pour prendre la victoire - ou défenseur-e, celui /celle qui va subir l'attaque mais aussi qui va chercher à contre-attaquer en prenant à son tour les risques nécessaires.

Jouer et progresser

Les intentions tactiques de celui ou celle qui débute, sont orientées prioritairement vers un jeu sécuritaire

qui consiste à renvoyer la balle de l'autre côté sans faire de faute. Il/elle joue majoritairement en revers, en piston et plutôt dans l'axe de la table. Peu mobile, il/elle a les 2 pieds côte à côte et parallèles à la table à laquelle il se colle et n'a pas de temps pour se mettre à distance des balles qui lui arrivent. Les trajectoires de ses balles sont lentes et en cloche. Le service n'est qu'une mise en jeu.

Le/la jeune pongiste perçoit donc le jeu de ping-pong comme une activité où le but du jeu est de garder la balle en échange au-dessus du filet. Au mieux, les points sont marqués car l'un-e ou l'autre n'arrive pas à maintenir l'échange. Nous allons donc lui proposer des situations qui l'amèneront, dans une première étape, d'un jeu aléatoire (cf. le jeu «Pelote ping») à un jeu en continuité pour ne pas «donner le point» (défendre son plateau, cf. «Les écureuils et les noisettes»). Puis dans un second temps, d'un jeu «défense de sa table» à un jeu «d'attaques variées» en direction et en vitesse (attaquer le plateau adverse, cf. «Le chamboule tout»). L'éducateur/trice pourra ensuite l'amener à progresser, devenir un-e «débrouillé-e» (maintenant capable de construire l'échange pour prendre l'initiative et marquer) à «confirmé-e» en lui proposant des situations de progression l'amenant à un jeu varié en direction vitesse et avec effet puis, jusqu'à lui proposer des situations pour l'amener du jeu varié au jeu adapté aux points forts et faibles de son adversaire. #

illustration : Anne Rouquette

LA PELOTE PING

■ But du jeu : marquer plus de points que son adversaire

■ Dispositif

- 2 joueurs/euses côte à côte face au mur
- 1 balle et raquette
- 1 tracé rectangulaire au mur (largeur au plus proche de celle de table) avec une ligne médiane horizontale à hauteur proportionnelle de la taille des joueurs/euses (au niveau des épaules) pour une hauteur totale double de celle-ci (ou repères des murs de gymnase).

■ Règles

- A et B, côte à côte : A engage avec un rebond au sol et cherche un rebond au mur (comme dans le jeu de pelote basque)
- Les 2 joueurs/euses vont chercher à marquer des points : empêcher l'autre de toucher la balle ou le/la pousser à faire une faute de ligne
- Interdiction de passer sous la ligne médiane ou de sortir du cadre
- Match en 11 points
- Les joueurs/euses, à la fin de leur manche, vont défier un autre joueur

■ Variantes

- Jouer main nue (plus facile)
- Changer les tailles de balles (de la balle mousse 4 cm vers la balle tennis de table)
- Mettre une ligne de départ au sol à respecter à l'engagement (3 pas).



DES ÉCUREUILS ET DES NOISETTES

■ **But du jeu** : engranger le plus de noisettes possible dans son panier

■ Dispositif

- 2 équipes (de 3 à 9 joueurs/euses), l'une rouge l'autre bleu
- 3 à 9 tables (une par duel)
- 3 paniers/seaux : 1 réserve rempli de balles (une quinzaine mini), 1 «bleu» et 1 «rouge» (vides au départ)

■ Règles

• L'équipe des écureuils rouges défend, ils /elles restent à leur table.

• Les écureuils bleus attaquent : ils/elles sont systématiquement à l'engagement (ils/elles détiennent la réserve de balles) et montent d'une table (vers la droite) à chaque match (arrivée à la dernière table, le joueur va à la première)

• Mise en jeu pour les plus jeunes ou les plus débutant-es avec un rebond sur la table.

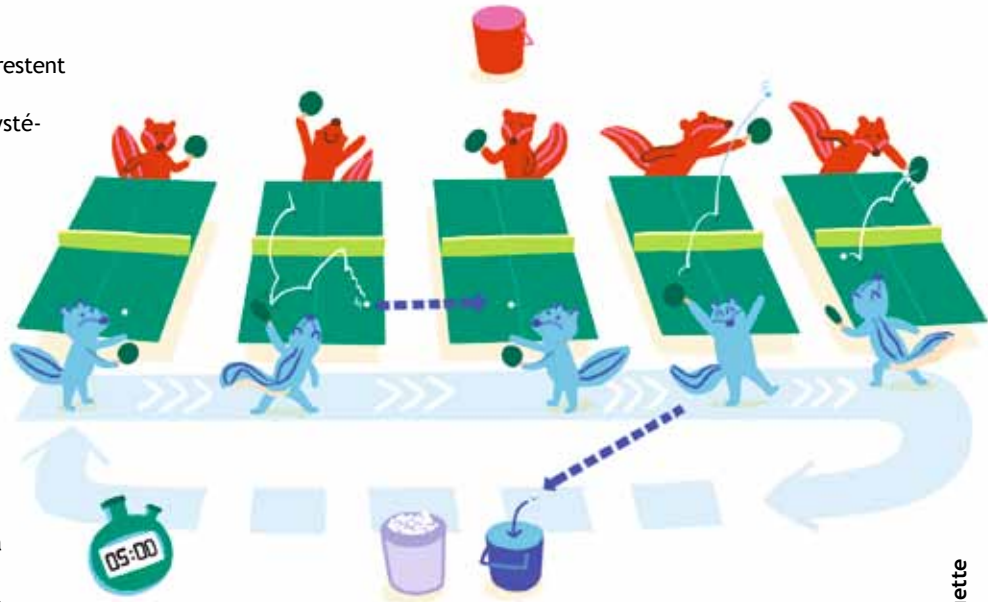
▶ Si l'attaquant-e (ici les bleus) marque le point, il/elle dépose la balle dans le panier de son équipe et récupère une balle dans la réserve de balles avant d'aller à la table suivante.

▶ S'il/elle perd, il/elle ramasse la balle et la garde pour la jouer à la table suivante.

• La manche dure 5 minutes. Au bout de 5 minutes, on change les rôles. Puis à la fin on compte les balles, l'équipe qui a le plus de balles dans son panier a gagné. On peut faire plusieurs manches.

■ Évolution possible :

- Bonifier la prise de risque au service : si point direct au service (pas de retour ou retour avec faute) alors l'écureuil engrange 2 noisettes.



LE CHAMBOULE TOUT

■ **But du jeu** : dégommer les boîtes métalliques pour marquer le point



■ Dispositif

- 1 contre 1
- 4x2 boîtes métalliques placées côte à côte dans le coup-droit (les jaunes) et côte à côte dans le revers (les vertes) : aux 4 coins de la table
- Match avec 2 services chacun (pour les plus jeunes : mise en jeu avec rebond)

■ Règles

- Match normal, mais il y a point si le/la joueur/euse touche les canettes adverses (soit les jaunes, soit les vertes) peu importe le coup utilisé (coup-droit ou revers).

■ Évolutions

- On empile les boîtes métalliques et le principe de jeu est le même mais cette fois il faut gagner en direction et en puissance donc il faut faire «chamboule tout» pour gagner le point.
- Idem, mais on impose de dégommer les jaunes avec son coup-droit et les vertes avec son revers.

(*) L'auteure est prof d'EPS et formatrice en Staps en Seine-Saint-Denis. Ces propositions sont extraites du tome 2 de l'ouvrage «Des jeux des enfants des sports», éditions Les cahiers du sport populaire-FSGT, qui intégrera également le basket, le volley, l'acrosport, le double dutch et le skate. Une seconde partie de ce livre sera consacrée aux pratiques partagées avec des enfants en situation de handicap. Sortie prévue au printemps 2017.