

TENNIS DE TABLE

Compétence niveau 1 : En simple, rechercher le gain loyal d'une rencontre en assurant la continuité de l'échange, en coup droit ou en revers et en profitant d'une situation favorable pour le rompre par une balle placée latéralement ou accélérée.

Assurer le comptage des points et remplir une feuille d'observation.

Connaissances (informations que doit s'approprier l'élève sur les APSA, sa propre activité ou celle d'autrui)	Capacités (mise en œuvre des connaissances, mobilisation des ressources pour agir)	Attitudes (comportement que l'élève doit avoir dans ses relations à lui-même, aux autres et à l'environnement)
<p>PRATIQUANT :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Le vocabulaire spécifique : coup droit, revers, service, smash, serveur, relanceur, trajectoire - Le règlement en simple : service, filet, règle des rebonds, pas de contact avec la main libre sur la table. - Règles de sécurité lors de l'installation et du rangement du matériel. - Les principes d'efficacité : prise de raquette, inclinaison et orientation de la raquette, moment du contact avec la balle sur la trajectoire, placement par rapport à la balle en fonction du coup à réaliser. - Notion de balle donnée à l'adversaire (qui le met en position favorable pour marquer) <p>ARBITRE :</p> <ul style="list-style-type: none"> - le système de comptage des points, des changements de service et des principales fautes. 	<p>PRATIQUANT :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Servir de façon réglementaire - Repérer la situation favorable (balle donnée par l'adversaire et/ou adversaire décalé pour le déborder) - Accélérer une frappe sur une balle favorable - Jouer en plaçant la balle pour éviter la zone centrale de la ½ table adverse - Adopter une posture dynamique pour réagir rapidement et se mettre à distance de frappe - Doser l'énergie lors du contact balle/raquette - Prendre la balle au sommet de la trajectoire pour la frapper en adaptant l'inclinaison de la raquette et l'orientation du geste. <p>ARBITRE :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Compter les points en annonçant le score du serveur en premier. 	<p>PRATIQUANT :</p> <ul style="list-style-type: none"> - chercher à gagner tout en respectant les règles, l'arbitre, l'adversaire et l'observateur - Rester concentré pour éviter de « donner » la balle - Savoir perdre ou gagner dans le respect de l'adversaire - Accepter de jouer avec des adversaires différents - Respecter le matériel et participer à l'installation et au rangement - Ne pas se décourager, même quand le score est défavorable <p>ARBITRE :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Etre impartial - Etre attentif et concentré tout au long de la rencontre

Situation proposée : matchs en simple par poules de 3 ou 4 de niveau en 2 manches gagnantes de 15 points avec changement de côté à 8 en cas de troisième manche