

Jeux de renvoi avec enfants – Tennis de table: Facteur

Dans ce jeu d'échauffement, les enfants se défient pour savoir qui ramènera en premier toutes les balles d'un endroit à l'autre.

Former des équipes équilibrées. Chaque enfant a une balle (lettre). Sur l'un des grands côtés de la salle se trouvent un élément de caisson retourné (une boîte à lettres par équipe).



Au signal, les premiers coureurs amènent leur lettre dans la boîte et reviennent vers leurs camarades. Ils contournent le bâtiment de la poste (la colonne des enfants) avant de taper sur l'épaule du prochain coureur.

Quelle équipe amène toutes les lettres à bon port en premier?

Variantes

Transporter les lettres d'une certaine manière (en les tenant en équilibre sur la raquette, en jonglant, en les dribblant, etc.) ou selon un mode de déplacement imposé.

plus facile

- Jouer sans raquette.

plus difficile

- Envoyer les lettres (frapper avec la raquette) depuis une ligne située à environ deux mètres du caisson.
- Placer l'élément de caisson à une distance d'environ un mètre du mur. Les balles doivent d'abord rebondir contre le mur avant d'atterrir dans la boîte.

Matériel: Raquettes et balles (de tennis, tennis de table, squash, volants), éléments de caisson

Source: Georg Silberschmidt, chef de sport J+S Tennis de table, responsable Sport des enfants Swiss Table Tennis



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO