



J+S-Kids: Introduction au tennis de table – Leçon 9

Formes de tournoi

Auteur

Georg Silberschmidt, chef de discipline J+S Tennis de table

Conditions cadres

Durée de la leçon ≥60 minutes
Niveau simple moyen difficile
Âge recommandé 8 à 10 ans
Taille du groupe 10 (8 à 14)
Env. du cours Salle de sport
Aspects de sécurité Respecter les règles de sécurité d'une salle de sport.

Objectifs

Vivre des expériences de compétition.

Indications

Cette leçon est conçue pour les enfants qui sont capables d'enchaîner des coups droits avec régularité.

Contenus

MISE EN TRAIN

Durée	Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Esquisse	Matériel
10'	Accueillir, puis activer le système cardio-vasculaire	Jeu du tunnel: Installer les tables, définir deux équipes (sautoirs). Une équipe peut marquer un point si elle réussit à faire passer le ballon de volley-ball sous une table et si un coéquipier peut ensuite le tenir des deux mains avant qu'il soit lui-même touché par un adversaire. S'il est touché, il doit céder le ballon à l'adversaire. Lorsqu'on tient le ballon, on n'a le droit de faire qu'un seul pas avant d'exécuter une passe. Les joueurs de l'équipe qui tient le ballon ne doivent pas être touchés par les adversaires. Si le ballon tombe sur le sol, c'est à l'autre équipe de continuer.	Tables de tennis de table 1 ballon de volley-ball Sautoirs

PARTIE PRINCIPALE

Durée	Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Esquisse	Matériel
6'	Echauffement à la table	Echauffement libre à la table	Raquettes et balles de tennis de table Tables
9'	Battre le champion	Trois enfants par table, deux qui jouent, un qui arbitre. On dispute un set sur 5 points (changement de service à chaque point). Le gagnant reste à la table, le perdant devient arbitre. Si c'est toujours le même qui gagne, il doit céder sa place après la 4 ^e victoire.	Raquettes et balles de tennis de table Tables
18'	Jeu du roi	On joue deux par deux selon différentes règles: - le point ne compte que si l'adversaire ne touche pas la balle - on n'obtient un point que si on a gagné deux échanges de suite. - un point réalisé par une frappe (terminale) compte double - selon des idées personnelles Au signal du moniteur, après 1-2 minutes, celui qui gagne se déplace vers la droite, celui qui perd vers la gauche. Le vainqueur de la première table et le perdant de la dernière ne changent pas de place. En cas d'égalité, on joue un point supplémentaire.	Raquettes et balles de tennis de table Tables
15'	Tournoi de doubles	Le joueur de la première table joue avec celui de la dernière. Après l'explication des règles du double, on dispute des sets complets. Dans le deuxième tour, les vainqueurs s'affrontent entre eux, les perdants en font de même. Pour les parties suivantes, on tire au sort entre les paires ayant le même nombre de victoires.	Raquettes et balles de tennis de table Tables

PARTIE FINALE

Durée	Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Esquisse	Matériel
2'	Remise des prix	De petits cadeaux sont remis aux trois meilleurs doubles.	Petits cadeaux