

Le ping  
c'est de la  
balle!



# Le Tennis de Table en 11 Points

On dit souvent Ping-Pong!  
C'est un jeu amusant,  
un sport passionnant.

**1**

Bien tenir la raquette,  
contrôler la balle,  
connaître les côtés Coup Droit et Revers...

**2**

Envoyer, renvoyer la balle,  
jouer contre le mur,  
avec un partenaire.

**3**

J'apprends à servir.  
Je lance la balle et tape dedans  
avec ma raquette.  
Elle doit rebondir une fois  
dans chaque camp.

**4**

Je me place,  
et me déplace  
pour rattraper,  
renvoyer la balle, toutes les balles!

**5**

Je fais tourner  
la balle (frotter)  
pour mettre de l'effet.  
Je les varie pour gêner l'adversaire.

**6**

Je sais placer la balle  
n'importe où sur la table  
pour faire bouger l'adversaire.

**7**

Je dose ma force (frapper, amortir)  
pour mettre l'adversaire  
loin de la balle.

**8**

Je joue régulièrement  
contre des joueurs  
différents pour progresser.

**9**

Je travaille les services  
et les retours,  
je mets en place une stratégie...

Je m'entraîne et progresse

Je m'adapte à l'adversaire

**10**

Je connais maintenant les règles du jeu,  
dans la partie je sais être malin,  
je ruse pour marquer des points.

**11**

Je suis prêt pour faire des matches.

Je joue et je compte les points



Pour progresser plus vite,  
rencontrer des copains,  
je joue dans un Club  
de la Fédération  
(il y en a toujours un près de chez moi)

L'APPLI FFTT :

Clubs, Licenciés,  
Classements,  
Résultats, Infos,...



Je respecte les valeurs du Ping :

- Les règles du jeu
- Les décisions des arbitres
- Les adversaires et partenaires
- Le matériel et les installations
- Je suis maître de moi en toutes circonstances

