

PROPOSITIONS DE SITUATIONS DE REFERENCE EN LIAISON AVEC LES ITEMS DU GUIDE D'EVALUATION

Vous trouverez ci-dessous un catalogue de situations qui ont pour objectifs d'une part de faciliter l'évaluation des joueurs lors des différents stades du projet détection et d'autre part de constituer les prémices d'un catalogue d'exercices lié au projet détection. A ce titre, vos remarques sont les bienvenues et j'attends également de votre part d'autres propositions d'exercices pour enrichir cette approche.

Vous noterez également que certains exercices proposés sont également des situations de travail des items que nous avons retenus et qu'à ce titre, ils peuvent être utilisés fréquemment lors des entraînements.

Dans la mesure du possible, nous vous présentons le descriptif de (ou des) l'exercice retenu accompagné de consignes complémentaires. Pour une bonne compréhension, il est nécessaire de se référer à la notice d'accompagnement du guide.

L'enfant apprécie l'effort physique :

Au delà des performances dans tel ou tel secteur, on jugera dans diverses activités **l'aptitude au dépassement de soi**. Toutes les activités, du footing aux sports collectifs peuvent permettre d'évaluer cette qualité essentielle que l'on recherchera encore plus chez les jeunes filles. Les activités de groupe permettront également **d'évaluer la volonté de surpasser les autres**.

L'enfant a le goût du jeu :

Les jeux d'opposition et de poursuite sont d'excellents repères pour faire ressortir cette qualité. **La perception de l'espace, l'anticipation, la ruse...** sont autant de facteurs dont nous avons besoin dans notre activité.

L'enfant assimile facilement :

Les jeux de société qui font appel à la mémorisation sont des moyens simples et efficaces de tester les enfants dans ce domaine. Le jeu qui demande de former des couples d'objets ou d'animaux (on retourne 2 cartes à chaque fois jusqu'à ce que la mémorisation... ou la chance permettent de trouver le couple identique) peut être considéré comme une situation-test.

Le joueur apprend vite :

A partir de 3 séries de 10 services à remettre (chaque série aura une rotation ou une nature de balle différente avec une quantité de rotation à laquelle les joueurs n'ont pas l'habitude d'être confrontés) on évaluera la capacité du joueur à s'adapter et à corriger. Il est conseillé de faire exécuter les services par un cadre ayant une bonne maîtrise de ce coup technique.

On note le nombre de balles remises sur la table pour chaque série. Un nombre de 5 ou 6 balles remises par série est à considérer comme un bon résultat surtout si après deux ou trois échec initiaux, le joueur s'adapte

On peut fixer la nature de ces séries dont le placement sera libre : par exemple, série 1 : coupé ; série 2 : lifté ; série 3 : varié.

Le rythme est juste

Sur la base de 3 séquences de 1 minute chacune au panier de balles, le distributeur envoie irrégulièrement sur un rythme rapide des balles tapées, le joueur les retourne en situation de contre en revers et en coup droit. A l'intérieur de chaque séquence et sur la base d'une dizaine de balles par panier, le distributeur enverra :

- pour la première séquence, **des balles mi-hautes dans le revers** sur lesquelles le joueur pivotera et placera un coup terminal
- pour la deuxième séquence, **des balles courtes** qui nécessiteront une remise courte (en tous les cas, une poussette)
- pour la troisième séquence, une alternance, non systématique, **de balles courtes et de balles mi-hautes dans le revers** avec les mêmes réponses que précédemment.

La vitesse de distribution pour la base de l'exercice doit mettre le joueur en situation difficile (travail du temps de réaction), l'intérêt étant la rupture provoquée par l'introduction de balles de nature, vitesse et trajectoire différentes.

On identifiera les joueurs qui ne savent pas gérer le changement de rythme imposé et qui se « jettent » sur ces balles à l'inverse de ceux qui s'adaptent à cette rupture, soit immédiatement, soit progressivement.

La main est utilisée

- 1) A partir d'une situation de tops du coup droit sur des blocs contrôle dans la diagonale du C.D du top spineur, celui-ci effectuera, au moment qu'il choisira, **un top à contre-pied dans la latérale.**

On demandera à ce que la réalisation se fasse sans changement d'appuis et de positionnement perceptible. Cette situation se fait sur la base d'un exercice classique, on évaluera l'évolution du joueur pour masquer son intention et donc la nécessité d'utiliser la main au dernier moment pour modifier le placement de la balle.

- 2) En poussette, revers sur revers, on demandera aux joueurs de modifier à chaque balle leur intention (poussettes courtes, poussettes actives, variation d'effets (coupé, mou, latéral, dévié...). Dans un premier temps, un joueur agit et l'autre se contente de contrôler. En cas de réussite, les deux joueurs peuvent le réaliser simultanément ce qui implique de s'adapter et de produire...ce qui est une des réalités de notre discipline.

- 3) A partir d'une distribution au panier de balles, l'entraîneur envoie en diagonale une balle sur un « petit côté » puis sur l'autre, **le joueur reprend la balle en phase descendante sous le niveau de la table** et retourne en latérale une balle liftée (l'utilisation de la main est ainsi rendue obligatoire). L'exercice se continue en se déplaçant d'un côté à l'autre et en utilisant une fois le C.D, une fois le revers. Prévoir des séquences courtes 1' à 1'30'' maxi. On notera également le travail de déplacement, d'adaptation et de descente sur les appuis (garder le tronc gainé) qui sont également travaillés au cours de cet exercice. La vitesse de distribution est à adapter en fonction des joueurs.

Le joueur se déplace de manière efficace

- 1) le nénuphar : on dispose au sol une progression irrégulière de « ronds » (nénuphars) à la craie (une vingtaine). On veille à varier les axes de déplacement (latéral, légèrement en avant...) et la taille des « nénuphars » (la précision du déplacement étant un des objectifs de cet exercice). Le joueur progresse en se déplaçant d'un pied sur l'autre (la progression peut prévoir la succession de 3 « ronds » alignés qui nécessitent une reprise d'appuis). Au départ, les passages doivent être contrôlés par l'entraîneur pour insister sur la qualité plutôt que sur la vitesse. Il faut demander aux enfants de veiller à poser le pied vers l'avant (pas sur la pointe des pieds) et sur

l'intérieur pour que la poussée (déroulement de la cheville) soit la plus efficace possible. Cet exercice fait véritablement apparaître les problèmes que vous avez pu constater à la table...c'est donc, également, un excellent éducatif . Enfin, si vous le réalisez à plusieurs reprises pensez à varier les parcours et à l'utiliser lors des échauffements physiques.

- 2) Un joueur distribue en contre attaque des balles lentes et irrégulières sur toute la table, le relanceur, en s'écartant légèrement de la table, se déplace pour ne renvoyer en n'utilisant que son coup droit. L'observation est ainsi l'élément « déclencheur » du déplacement. Une variante consiste à ce que les deux joueurs réalisent l'exercice simultanément ce qui permet de développer l'anticipation et le sens tactique. On veillera particulièrement à privilégier la qualité des placements de balle plutôt que la vitesse. Pour l'observation, on doit clairement obtenir le déroulement suivant : j'observe, je m'adapte ou je me déplace, je m'arrête, je joue...
- 3) Le joueur qui va travailler se place en pivot et joue en latérale en contre attaque, après quelques échanges et de manière aléatoire, le relanceur écarte sur le petit côté opposé sans accélérer, le joueur se déplace (courses, grand déplacement...) retourne dans la diagonale et revient jouer en revers la balle suivante puis l'exercice reprend. Il faut veiller à ce que le départ de l'exercice se fasse proche des lignes latérales. L'observation portera, entre autres, sur la capacité à placer une jambe en appui plus loin que la trajectoire de la balle pour pouvoir jouer et pousser pour revenir vers la position initiale.

Le joueur s'adapte à des situations inhabituelles

ATTENTION : Les situations proposées sont relativement ludiques et il faut veiller à ce que le jeu ne prenne le pas sur les objectifs.

- 1) **Poussette en dessous du niveau de la table.** On veillera à ce que les joueurs utilisent autant le revers que le coup droit.
- 2) Un joueur commence **en étant assis** légèrement écarté de la table. Le service est au relanceur qui jouera principalement en contre et autour du joueur assis. L'intérêt réside cependant dans le jeu loin de soi (bras tendu) dans une zone d'habileté inhabituelle mais que l'on peut retrouver en situation d'opposition et il nous faut donc évaluer et développer cette qualité. Vous serez d'ailleurs surpris de l'adaptabilité rapide des enfants à cet exercice que vous pourrez faire évoluer en plaçant les deux joueurs assis (un joueur effectue le service debout et s'assoit) ou en demandant au joueur de se relever pour continuer le jeu.
- 3) On dispose quelques raquettes sur la table (4 à 5 par moitié de table), le jeu se déroule en poussette lente voire mi- hautes. La rencontre balle-raquette engendre une modification de trajectoires qui s'apparente à une balle qui touche le filet ou le bord de table. On évaluera la vitesse de réaction et l'adaptation technique.

Le joueur joue juste

- 1) Dans la diagonale revers, avec service court coupé imposé, **les 2 joueurs jouent librement mais en évitant de placer des coups terminaux**. On veillera progressivement à faire prendre conscience aux joueurs de l'importance des placements et des enchaînements de placement même sur un demi-côté, du changement de rythme au cours d'un même point (la vitesse n'est pas constante, on ralentit, on accélère en fonction des coups de l'adversaire et de sa propre intention), du changement de rôle au cours d'un même point (on peut passer d'un jeu avec initiative à un jeu contre-initiative).
- 2) **Intervalles de poussette du coup droit sur toute la table**. Après une période d'adaptation, où on travaillera sur l'utilisation de la main en poussette coup droit cette situation permettra d'évaluer un vrai savoir-faire tactique. Il faut insister sur l'utilisation systématique du service coupé pour lancer le jeu et « interdire » les poussettes hautes (autoriser les coups terminaux fait dégénérer rapidement l'exercice).

Le joueur résiste au stress

On connaît la difficulté de reproduire les situations de stress à l'entraînement...cette proposition inspirée du basket (à partir des lancers-francs) s'appuie sur la réalisation individuelle sous la pression du groupe.

A la fin de l'entraînement, on compose des groupes de niveaux de 6 à 10 joueurs. Chaque joueur va alternativement devoir réaliser un service rapide avec ou sans effet (... mais réglementaire) dans une zone déterminée qui varie de placement et d'importance suivant le niveau de groupe. Pour que l'entraînement se termine (il ne faut pas céder...) il faut que le groupe réalise une série complète. En cas d'échec, on recommence avec le joueur qui vient d'échouer.

Vous qui venez de lire ces propositions, n'hésitez pas à nous faire part de vos remarques et de vos suggestions à jdconstant@wanadoo.fr