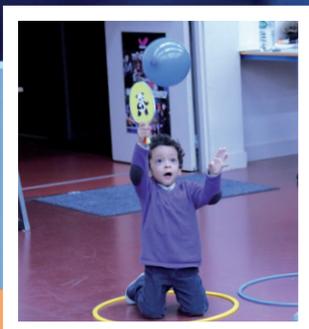
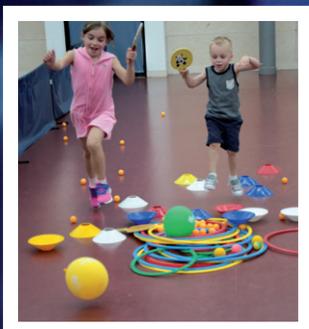
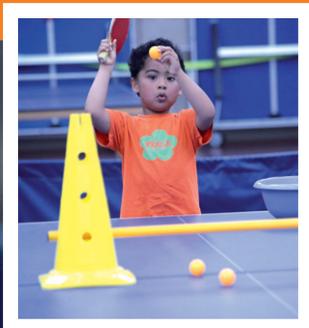


GUIDE DU PING 4-7 ANS



32 SÉANCES
CLÉS EN MAIN POUR
UNE SAISON RÉUSSIE

PING
4-7 ans

F.F.T.T.
Fédération Française
de Tennis de Table



introduction



Le but de ce guide pratique «clé en main» est de vous faciliter la préparation et l'animation des 32 séances de votre «section 4-7 ans» tout au long de la saison. Ces séances progressives sont composées de 4 ateliers variés, tant dans l'intensité que dans les thématiques, ceci afin de garder l'attention des enfants la plus intacte possible. Les ateliers peuvent être adaptés au niveau de votre groupe ou de chaque enfant, afin que chacun progresse à son rythme, dans une ambiance la plus ludique possible.

Les fiches, volontairement épurées pour faciliter leur lecture et leur compréhension, comportent différentes rubriques et photos qu'il convient de prendre en compte. En suivant les instructions données et les conseils pédagogiques préconisés, tout encadrant désirant animer un petit groupe de 4-7 ans, qu'il soit formé ou non, doit pouvoir proposer une prestation de qualité à ce jeune public. Chaque atelier est réalisable par tout enfant, quelles que soient ses qualités physiques ou d'adresse, qu'il ait 6 ans ou 4 ans, voire 3 ans. Les situations proposées et la pédagogie préconisée vise à favoriser la coopération, le plaisir partagé et une large découverte des qualités motrices de chaque enfant, dans le but de favoriser leur envie de progresser et aussi de les fidéliser à notre activité. Tout en s'amusant, les jeunes pratiquants vont acquérir des bases techniques. Ils continueront ainsi de progresser et de prendre du plaisir, notamment en réalisant des situations de plus en plus complexes et des échanges de plus en plus longs.

Voilà, ce guide est désormais le vôtre. Nul doute que vous en ferez un bon usage et qu'il sera un outil utile au service du développement du ping dans votre territoire.

*Mickaël Mévellec,
CTN en charge du développement du public 4-7 ans*



éditorial



En 2009, dans le cadre du Parcours d'excellence sportive (PES) de la FFTT, une action sur le public 4-7 ans baptisée «baby-ping» a vu le jour.

Cette action comportait deux versants : une découverte de l'activité pour les tout-petits et une étape en amont de la détection visant à repérer de futurs talents.

La mise en œuvre de cette action avait abouti à la mise en place d'outils au service des clubs (DVD,

raquettes spécifiques, kits).

Cependant, la dynamique des «4-7ans» s'est un peu essouffée et il convenait de la relancer. La FFTT s'est fixée prioritairement deux publics cibles à développer à horizon 2024 dont les scolaires, notamment le public maternelle, en recherchant un lien plus fort entre l'école et le club.

Ce «Guide du ping 4-7 ans» a pour but d'aider tous les transmetteurs potentiels (éducateurs professionnels, animateurs bénévoles, enseignant(e)s, parents...) à encadrer cette activité.

Merci à Mickaël Mévellec, conseiller technique national, ainsi qu'à son équipe pour ce beau travail au service du développement de la pratique pongiste.

*Bernard Bousigue,
directeur technique national*



éditorial



Ces enfants de 4 à 7 ans, c'est la génération «ping» de demain, à qui l'on tend une raquette. Des pongistes en herbe qu'il faut aider à faire grandir à la table. Ils sont nos futurs champions, dirigeants, arbitres, mais surtout nos futurs licenciés fidèles. En fait, c'est pour eux que ce «Guide du ping 4-7 ans» a été conçu.

Cet outil pédagogique inédit, fruit d'une collaboration de près de deux ans d'une équipe de cadres techniques éclairés et passionnés, est un véritable support pour toutes nos associations désireuses de développer notre sport auprès des plus petits. Surtout, il doit permettre à davantage d'animateurs bénévoles ou entraîneurs professionnels d'oser se lancer dans l'aventure des 4-7 ans. Les 128 ateliers présentés ici peuvent aussi «sortir» des salles de tennis de table. S'ils sont repris par des enseignant(e)s en maternelle, des animateurs périscolaires ou de centre de loisirs, ou par des jeunes cadres en formation, c'est gagné.

Ce guide pratique s'inscrit dans un programme global de développement de notre pratique chez les plus jeunes, baptisé «Club Génération 2024», engagé au début de cette Olympiade. Le Pôle promotion-animation-développement de la FFTT souhaite que cet ouvrage soit diffusé le plus largement possible en métropole et dans les Dom-Tom, d'où son prix volontairement attractif. Avec un objectif précis : contribuer à l'émergence du public 4-7 ans dans notre fédération.

*Anne Boileau-Demaret,
vice-présidente de la FFTT*



la course aux Boyards

SÉANCE 1

ATELIER 1

OBJECTIFS

- Être capable de se déplacer.
- Être capable de se saisir d'un objet.

MATÉRIEL

- 1 bassine par enfant
- Une trentaine de balles de différentes tailles et couleurs

CONSIGNES

L'animateur dispose des balles dans toute la salle. Au top départ, chaque enfant, muni de sa bassine, cherche à ramasser le plus de balles possible. Le jeu se termine quand toutes les balles ont été récupérées. L'enfant ayant le plus de balles dans sa bassine gagne.

ÊTRE ATTENTIF À

- La façon dont l'enfant se déplace.
- Fléchissement des jambes de l'enfant pour ramasser les balles.

C'EST RÉUSSI QUAND

- L'enfant se déplace en courant.
- L'enfant ramasse au moins 4 balles.



le ballon endormi

SÉANCE 1

ATELIER 2

OBJECTIF

- Être capable de faire tenir un objet sur sa raquette.

MATÉRIEL

- 1 raquette par enfant
- 1 ballon de baudruche par enfant
- 1 cerceau par enfant

CONSIGNES

Chaque enfant, les pieds dans un cerceau, pose un ballon de baudruche sur sa raquette et le fait tenir le plus longtemps possible avant qu'il ne tombe. Le jeu se fait côté pouce (coup droit), puis côté index (revers). Si les enfants sont en réussite, possibilité de faire le jeu sous forme de défi, le vainqueur étant le dernier à faire tomber son ballon.

ÊTRE ATTENTIF À

- La prise de raquette (pouce/index).
- La position horizontale de la raquette, à hauteur du ventre.
- La position du bras (coude non collé au corps).

C'EST RÉUSSI QUAND

- L'enfant garde le ballon plus de 5 secondes sur sa raquette.
- L'enfant garde ses deux pieds dans le cerceau.



OBJECTIFS

- Être capable de jouer plus ou moins fort.
- Être capable de diriger son mouvement.

MATÉRIEL

- 1 bassine
- Une dizaine de balles en mousse, grosses balles roses, balles bicolores
- Feuilles de papier de différentes couleurs (pour réaliser la cible)

CONSIGNES

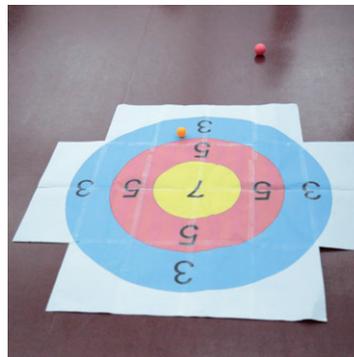
En dehors de la table, l'enfant se place derrière une corde et fait rouler une balle au sol avec la main, en visant une cible géante.
Chaque couleur correspond à un nombre de points (bleu : 3, rouge : 5, jaune : 7, etc.).
Possibilité de réaliser le jeu sous forme de duel : chaque enfant dispose de 5 balles pour marquer le plus de points possible. Celui en marquant le plus gagne la partie.

ÊTRE ATTENTIF À

- Ce que l'enfant fasse rouler la balle d'arrière en avant.
- La fin du geste de l'enfant qui doit être en direction de la cible.
- Ce que l'enfant n'utilise pas le poignet pour faire rouler la balle ou très peu.

C'EST RÉUSSI QUAND

- La balle de l'enfant s'arrête au moins 1 fois sur 5 dans la cible.



OBJECTIF

- Être capable d'accompagner la balle.

MATÉRIEL

- 1 raquette par enfant
- 1 balle par binôme (balle bicolore, en mousse, grosse balle rose)

CONSIGNES

Assis au sol, jambes écartées, les enfants font des échanges avec une balle (raquette en main) en la faisant rouler côté index (revers).
Si les enfants sont en réussite, possibilité d'agrandir l'espace entre eux.

ÊTRE ATTENTIF À

- La prise de raquette (pouce/index).
- La position horizontale de la raquette (au dessus de la balle).

C'EST RÉUSSI QUAND

- L'enfant ne touche la balle qu'une fois avant de la renvoyer.
- La balle est envoyée entre les jambes du partenaire au moins 5 fois sur 10 échanges.





© Éditions FTTT - 3, rue Dieudonné Costes - 75013 Paris
Prix de vente : 15 euros
N°ISBN : 2-909023-98-2
Achevé d'imprimer par AC Print - Roncq (59)
en septembre 2018
Dépôt légal : 3^e trimestre 2018