



NIVEAU 3 MAÎTRISE : BALLE ROUGE

Ateliers Tennis de table

Par Benoît Froment, entraîneur du pôle France Jeunes
et Stéphane Lelong, Directeur sportif Tennis de table Handisport



Préambule

Par Stéphane Lelong

Stéphane Lelong
CTN - Directeur
Sportif Tennis de
Table Fédération
handisport.

À quoi correspondent ces fiches-ateliers du niveau rouge ?

Le niveau rouge est le 3^e niveau technique. Il identifie la maîtrise technico- tactique de la discipline. C'est la suite logique des niveaux vert et bleu.

Ce niveau rouge prépare à l'accès à la compétition, les situations sont donc très souvent à la table avec des échanges, de l'effet, des placements... et correspondent à des joueurs ayant déjà pratiqué 1 à 2 saisons l'activité de manière régulière.

Rappelez-nous comment bien utiliser ces fiches...

Le niveau rouge est articulé selon 6 compétences. L'éducateur en charge de l'activité va construire sa séance ou son cycle en allant piocher au moins une situation par compétence. Cela va permettre au joueur de travailler 6 à 8 situations pédagogiques par séance. Cette articulation permet à l'éducateur de faire un cycle de 6 à 10 séances en variant les situations et/ou en répétant celles qui ne sont pas encore maîtrisées.

Comment le sportif peut-il s'évaluer ?

Le sportif peut s'évaluer par la réussite des critères de chaque exercice. Il pourra surtout passer les tests du Handi Kid's TT pour obtenir le diplôme de la balle rouge et ainsi confirmer les compétences qu'il a développées.

Comme évoqué précédemment, l'évaluation de la balle rouge permet de savoir que l'on peut s'inscrire dans le circuit de compétition de la commission Tennis de Table.

Un dernier mot spécifique à ces fiches de la balle rouge

C'est un niveau de maîtrise. L'utilisation par l'éducateur du cahier des experts sur les fondamentaux techniques sera utile si celui-ci n'est pas un spécialiste de l'activité. La maîtrise du service, des effets, des placements, des trajectoires permet d'aborder pleinement la logique interne de l'activité sur le plan technique et surtout tactique.

NB : les trois livrets des cahiers des experts et particulièrement le dernier sur les fondamentaux du Tennis de Table, couplés aux fiches ateliers des niveaux vert, bleu et rouge permettent d'avoir des outils clés en main pour proposer des séances découverte, d'initiation ou de perfectionnement et de les valoriser par les tests du Handi Kid's TT. Ces outils ont pour principal but d'augmenter le nombre d'actions Tennis de Table réalisées dans les territoires et particulièrement dans les centres, et par conséquent d'augmenter le nombre de licenciés.

Réalisation : FFH - Direction Technique Nationale - Julien Michel.

Crédit Photo : Grégory Picout/FFH - Réalisation graphique : www.yummyum.fr - Décembre 2020.



SOMMAIRE

THÈME ❶	FAIRE DES ÉCHANGES	P. 4
THÈME ❷	SERVIR AVEC DE L'EFFET	P. 9
THÈME ❸	SE DÉPLACER	P. 14
THÈME ❹	ENCHAÎNER LA LIAISON COUP DROIT - REVERS	P. 20
THÈME ❺	PLACER, DOSER ET DIRIGER LA BALLE	P. 24
THÈME ❻	JOUER POUR MARQUER DES POINTS	P. 29



NIVEAU 3 MAÎTRISE : BALLE ROUGE

Thème n° 1

FAIRE DES ÉCHANGES

① LE JOKARI

② LE JOKARI À LA TABLE

③ JEU À L'AMÉRICAINNE

④ ÉCHANGES SUR LA TABLE



NIVEAU 3 MAÎTRISE : BALLE ROUGE

Atelier ① : LE JOKARI

Thème n°1 • Faire des échanges

MATÉRIEL

1 balle pour 2 joueurs, 1 raquette pour chaque joueur

DURÉE DE L'ATELIER

7'

NOMBRE DE JOUEURS

2 joueurs

MODES DE PRATIQUE

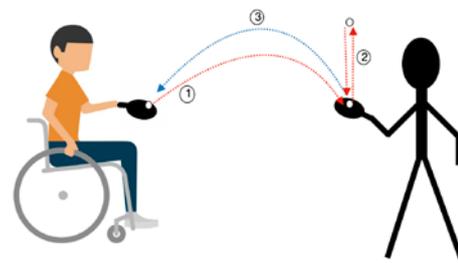
Hors table

GESTION DE GROUPE

En coopération

DESCRIPTION

- ▶ Les 2 joueurs sont l'un en face de l'autre, espacés de 1 m à 2 m en situation de coopération.



FONDAMENTAUX

- ▶ Contrôle de balle, dosage
- ▶ Zone d'habileté coup droit et revers
- ▶ Notion d'échange

CONSIGNES

- ▶ Le joueur A envoie la balle à son partenaire avec le coup droit ou le revers en dosant l'envoi de sa balle.
- ▶ Le joueur B doit contrôler la balle avec sa raquette en faisant un rebond avec le coup droit ou le revers puis renvoie la balle à son partenaire.

APPRENTISSAGE

- 1 Doser l'envoi de la balle à la distance de son partenaire.
- 2 Tourner sa raquette vers le plafond pour contrôler la réception
- 3 Orienter sa raquette vers son partenaire pour lui renvoyer.

REMÉDIATIONS

JOUEURS EN DIFFICULTÉ

- ▶ Se rapprocher

- ▶ Faire plusieurs jonglages pour contrôler la balle avant de la renvoyer

EXERCICE TROP FACILE

- ▶ Le joueur peut contrôler la balle avec le revers quand le partenaire lui a envoyé avec le coup droit et renvoyer la balle avec l'autre côté de la raquette.
- ▶ Éloigner les 2 partenaires et autoriser le déplacement des joueurs.
- ▶ Pour les joueurs en fauteuil, la balle doit être envoyée à proximité, c'est-à-dire à environ 50 cm sur le côté du joueur.

JOUEURS AVANCÉS

- ▶ Réaliser au moins 10 échanges sans que la balle ne tombe par terre.
- ▶ Renvoyer la balle sans un rebond de contrôle.



NIVEAU 3 MAÎTRISE : BALLE ROUGE

Atelier 2 : LE JOKARI À LA TABLE

Thème n°1 • Faire des échanges

MATÉRIEL

1 table pour 2 joueurs, 1 bassine de 10 balles par joueur,
1 raquette par joueur.

DURÉE DE L'ATELIER

7'

NOMBRE DE JOUEURS

2 joueurs par table

MODES DE PRATIQUE

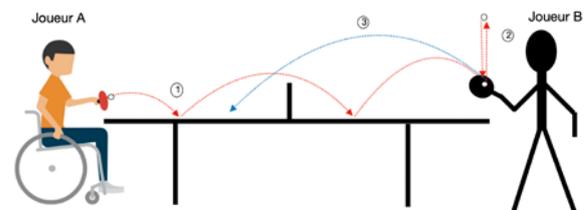
Jeu à la table

GESTION DE GROUPE

En coopération

DESCRIPTION

▶ Les 2 joueurs sont face à face derrière la table.



FONDAMENTAUX

- ▶ Servir
- ▶ Contrôler
- ▶ Renvoyer la balle
- ▶ Doser
- ▶ Zone d'habileté
coup droit et revers

CONSIGNES

- ▶ Le joueur A réalise un service simple.
- ▶ Le joueur B laisse la balle rebondir dans son camp 1 ou 2 fois dans le cas d'une balle courte puis la contrôle avec un rebond.
- ▶ Puis, il renvoie la balle directement dans le camp adverse et ainsi de suite.

APPRENTISSAGE

- 1 Doser le service. 2 Doser le contrôle de la balle en tournant la raquette vers le plafond.

REMÉDIATIONS

JOUEURS EN DIFFICULTÉ

- ▶ Pour le joueur debout, laisser la balle rebondir par terre derrière la table avant de la contrôler.
- ▶ Pour le joueur en fauteuil, renvoyer directement la balle de l'autre côté sans contrôle.

EXERCICE TROP FACILE

- ▶ Ne laisser qu'un seul rebond sur la table. Contrôler la balle avec un côté mais renvoyer avec l'autre.

JOUEURS AVANCÉS

- ▶ Contrôler la balle en la plaçant facilement pour un renvoi avec l'autre face de la raquette (vers le plafond et son autre zone d'habileté).
- ▶ Compléter et faire au moins 10 échanges sans rater la situation.



NIVEAU 3 MAÎTRISE : BALLE ROUGE

Atelier ③ : JEU À L'AMÉRICAINNE

Thème n°1 • Faire des échanges

MATÉRIEL

1 table pour 2, 1 bassine de 10 balles par joueur, 1 raquette par joueur

DURÉE DE L'ATELIER

7'

NOMBRE DE JOUEURS

2 joueurs par table, possibilité à 4 joueurs par table

MODES DE PRATIQUE

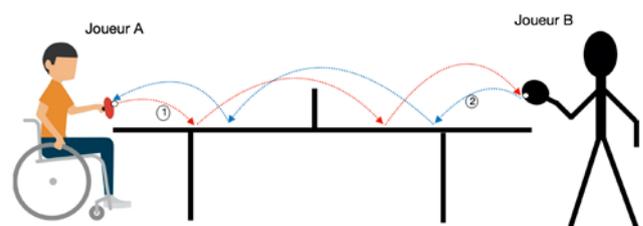
Jeu à la table

GESTION DE GROUPE

En coopération puis en duel

DESCRIPTION

- ▶ Les 2 joueurs sont face à face derrière la table.



FONDAMENTAUX

- ▶ Échanges
- ▶ Servir
- ▶ Zone d'habileté revers et coup droit
- ▶ Direction et prise de balle dans la trajectoire

CONSIGNES

- ▶ Le joueur A réalise un service.
- ▶ Le joueur B renvoie la balle en coup droit ou revers (en fonction de la zone) en la faisant également rebondir dans son camp avant qu'elle ne passe le filet et ainsi de suite.

APPRENTISSAGE

① Venir au contact de la balle assez tôt après le rebond sur sa demi-table en orientant la raquette vers sa demi-table pour qu'elle rebondisse d'abord dans son camp. ② Jouer tôt dans la trajectoire de la balle.

REMÉDIATIONS

JOUEURS EN DIFFICULTÉ

- ▶ Jouer à 2 de chaque côté de la table comme en double.
- ▶ Jouer à l'intérieur de la ligne de fond sans direction vers les petits côtés.

EXERCICE TROP FACILE

- ▶ Faire bouger son partenaire qui devient adversaire.
- ▶ Compter les points.

JOUEURS AVANCÉS

- ▶ Compter les points et faire un match dans cette manière de jouer.



NIVEAU 3 MAÎTRISE : BALLE ROUGE

Atelier 4 : ÉCHANGES SUR LA TABLE

Thème n°1 • Faire des échanges

MATÉRIEL		DURÉE DE L'ATELIER
1 table, 1 balle par table, 1 raquette par joueur.		10' ou 7' de chaque côté

NOMBRE DE JOUEURS	MODES DE PRATIQUE	GESTION DE GROUPE
2 joueurs par table	Jeu à la table	En coopération

DESCRIPTION	
<ul style="list-style-type: none"> ▶ Les 2 joueurs sont face à face derrière la table. 	

FONDAMENTAUX	CONSIGNES
<ul style="list-style-type: none"> ▶ Faire un échange 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Le joueur A réalise un service coup droit en diagonal vers la demi-table de son partenaire. ▶ Le joueur B renvoie la balle en diagonale après un seul rebond sur sa demi-table. ▶ Réaliser la même action ensuite dans l'autre diagonale.
<ul style="list-style-type: none"> ▶ Zone d'habileté en coup droit et en revers 	

APPRENTISSAGE

- 1 Doser son renvoi. 2 Perfectionner sa technique du coup droit et du revers.

REMÉDIATIONS		
JOUEURS EN DIFFICULTÉ	EXERCICE TROP FACILE	JOUEURS AVANCÉS
<ul style="list-style-type: none"> ▶ L'animateur est le serveur/ partenaire pour garantir des balles plus faciles à renvoyer. 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Jouer de manière aléatoire sur toute la table et renvoyer la balle soit en coup droit soit en revers. 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Réaliser 10 à 50 échanges dans chaque diagonale.
		<ul style="list-style-type: none"> ▶ Réaliser 20 échanges sans faute de manière aléatoire.



NIVEAU 3 MAÎTRISE : BALLE ROUGE

Thème n° 2

SERVIR AVEC DE L'EFFET

- ① SERVICE LATÉRAL DU REVERS**
- ② SERVICE MARTEAU**
- ③ SERVICE LANCÉ DU COUP DROIT**
- ④ SERVICE COUPÉ**



NIVEAU 3 MAÎTRISE : BALLE ROUGE

Atelier ① : SERVICE LATÉRAL DU REVERS

Thème n°2 • Servir avec de l'effet

MATÉRIEL

1 bassine de 50 balles par joueur, 1 raquette par joueur, cibles, chaise ou support pour poser la bassine de balles.

DURÉE DE L'ATELIER

10'

NOMBRE DE JOUEURS

1 joueur

MODES DE PRATIQUE

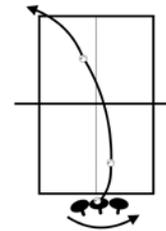
À la table

GESTION DE GROUPE

Travail individuel

DESCRIPTION

- ▶ Le joueur est placé au milieu de la table derrière la ligne.
- ▶ Positionner la bassine sur une chaise à côté de lui ou sur la table dans l'angle de sa main libre.



FONDAMENTAUX

- ▶ Le service
- ▶ Les effets

CONSIGNES

- ▶ Après avoir lancé la balle verticalement d'au moins 16 cm, le joueur va froter la balle avec la raquette côté revers dans un mouvement de la gauche vers la droite (droitier) en longeant la ligne de fond.
- ▶ Pour le joueur en fauteuil, la balle doit sortir au fond de la table (pas de sortie par le petit côté de la table).

APPRENTISSAGE

- 1 Servir en revers avec un effet latéral.
- 2 Pour mettre un effet latéral, effleurer la balle (comme pour gratter une allumette). Le poignet, la main et l'avant bras vont accélérer juste avant de toucher la balle pour imprimer l'effet latéral.

REMÉDIATIONS

JOUEURS EN DIFFICULTÉ

- ▶ Prendre une balle marquée d'un trait sur l'équateur de la balle pour identifier la quantité d'effet réalisée.
- ▶ Réduire la hauteur de lancer de la balle pour mieux la toucher et gérer la balle qui redescend.

EXERCICE TROP FACILE

- ▶ Essayer de mettre encore plus d'effet. La balle doit tourner sur elle-même plus longtemps.
- ▶ Possibilité d'ajouter une cible à viser pour accentuer la précision notamment en longueur.

JOUEURS AVANCÉS

- ▶ Mettre plusieurs cibles sur la demi-table adverse et les toucher en un minimum de balles tout en mettant l'effet latéral.
- ▶ Le joueur en fauteuil peut chercher à faire un service court en diagonale mais qui ne va pas sortir sur le petit côté de la table.



NIVEAU 3 MAÎTRISE : BALLE ROUGE

Atelier 2 : SERVICE MARTEAU

Thème n°2 • Servir avec de l'effet

MATÉRIEL

1 bassine de 50 balles par joueur, 1 raquette par joueur, cibles, chaise ou support pour poser la bassine de balle.

DURÉE DE L'ATELIER

10'

NOMBRE DE JOUEURS

1 joueur

MODES DE PRATIQUE

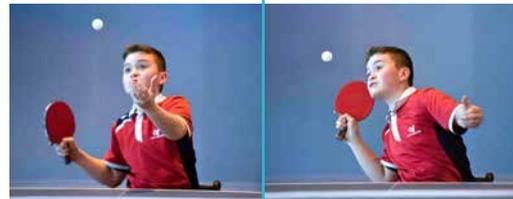
À la table

GESTION DE GROUPE

Travail individuel

DESCRIPTION

- ▶ Le joueur est placé au milieu de la table derrière la ligne.
- ▶ Positionner la bassine sur une chaise à côté de lui ou sur la table dans l'angle de sa main libre.



FONDAMENTAUX

- ▶ Le service
- ▶ Les effets

CONSIGNES

- ▶ Après avoir lancé la balle verticalement d'au moins 16 cm, le joueur va frapper la balle avec la raquette en coup droit dans un mouvement ressemblant à l'utilisation d'un marteau qui plante un clou dans un mur.

APPRENTISSAGE

- 1 Réaliser un service marteau avec la face coup droit.
- 2 Pour réaliser le service marteau, la raquette est perpendiculaire à la table, l'avant bras et la main se déplient vers l'avant pour créer l'action sur la balle.
- 3 Pour mettre un effet latéral, effleurer la balle (comme pour gratter une allumette). Le poignet, la main et l'avant bras vont accélérer juste avant de toucher la balle pour imprimer l'effet latéral.

REMÉDIATIONS

JOUEURS EN DIFFICULTÉ

- ▶ Taper dans la balle au lieu de frotter.

EXERCICE TROP FACILE

- ▶ Accentuer la quantité d'effet.
- ▶ Mettre des cibles pour le placement.
- ▶ Faire en sorte que la balle passe par-dessus le filet le plus proche de celui-ci.

JOUEURS AVANCÉS

- ▶ Accentuer la quantité d'effet.
- ▶ Faire des challenges de touches de cibles.
- ▶ Mettre un sur-filet et passer entre le filet et le sur-filet.



NIVEAU 3 MAÎTRISE : BALLE ROUGE

Atelier ③ : SERVICE LANCÉ DU COUP DROIT

Thème n°2 • Servir avec de l'effet

MATÉRIEL

Une bassine de 50 balles par joueur, une raquette par joueur.

DURÉE DE L'ATELIER

10'

NOMBRE DE JOUEURS

1

MODES DE PRATIQUE

À la table

GESTION DE GROUPE

Travail individuel

DESCRIPTION

- ▶ Le joueur debout est placé dans son coin revers ou sa zone revers et se place de profil par rapport à la table.
- ▶ Le joueur en fauteuil est placé de face et lance la balle légèrement sur le côté.



FONDAMENTAUX

- ▶ Le service
- ▶ Les effets

CONSIGNES

- ▶ Après avoir lancé la balle verticalement et écarté son bras, le joueur touche la balle quand elle redescend au niveau de la table avec un mouvement du bras et de la raquette en direction du filet.
- ▶ Le joueur peut mettre un effet coupé ou latéral à son service.

APPRENTISSAGE

- 1 Réaliser un service coup droit avec effet et un bon lancer de balle.
- 2 Pour mettre un effet, accélérer avec sa main et son avant bras avec l'intention de frotter la balle en dessous pour un effet coupé, sur le côté pour un effet latéral.

REMÉDIATIONS

JOUEURS EN DIFFICULTÉ

- ▶ Lancer la balle moins haut.
- ▶ Taper dans la balle sans la frotter.

EXERCICE TROP FACILE

- ▶ Varier l'action de la main et sa position pour mettre des effets différents.
- ▶ Placer la balle plus précisément.
- ▶ Chercher à avoir un service bas (balle qui passe au plus près du filet).

JOUEURS AVANCÉS

- ▶ Idem que ci-contre.
- ▶ Faire des challenges de touches de cibles.
- ▶ Mettre un sur-filet et passer entre le filet et le sur-filet.



NIVEAU 3 MAÎTRISE : BALLE ROUGE

Atelier 4 : SERVICE COUPÉ

Thème n°2 • Servir avec de l'effet

MATÉRIEL

1 bassine de 50 balles par joueur, 1 raquette par joueur, cibles, chaise ou support pour poser la bassine de balle.

DURÉE DE L'ATELIER

10'

NOMBRE DE JOUEURS

1

MODES DE PRATIQUE

À la table

GESTION DE GROUPE

Travail individuel

DESCRIPTION

- ▶ Le joueur est placé au milieu de la table, sur son côté revers ou coup droit.



FONDAMENTAUX

- ▶ Le service
- ▶ L'effet coupé

CONSIGNES

- ▶ Le joueur sert avec un effet coupé (rotation arrière) en coup droit ou en revers en fonction de ses capacités.
- ▶ Le joueur doit faire en sorte que sa balle reste sur la demi-table adverse en faisant de nombreux rebonds.
- ▶ Pour les joueurs en fauteuil, travailler le geste de la chandelle très utilisé par les joueurs de classe 1 et 2.

APPRENTISSAGE

- 1 Servir avec un effet coupé.
- 2 Pour mettre un effet coupé, il faut accrocher la balle par dessous avec un mouvement d'arrière en avant par rapport à la table.

REMÉDIATIONS

JOUEURS EN DIFFICULTÉ

- ▶ Augmenter la hauteur de la balle après l'impact balle/raquette pour le 1^{er} rebond sur sa demi-table.

EXERCICE TROP FACILE

- ▶ Avoir un effet rétro dès le rebond sur la demi-table adverse.
- ▶ Réaliser le service avec un minimum de hauteur mais un maximum d'effet.

JOUEURS AVANCÉS

- ▶ Comptabiliser le nombre de réussites d'affilée.
- ▶ Visée de cibles.



NIVEAU 3 MAÎTRISE : BALLE ROUGE

Thème n° 3

SE DÉPLACER

- ① PASSES AUX TABLES**
- ② ATTRAPE LES BALLEES**
- ③ LE JEU À BLANC**
- ④ LE PANIER DE BALLEES**
- ⑤ RONDE DE TABLE, TOURNANTE SUR 3 TABLES**



NIVEAU 3 MAÎTRISE : BALLE ROUGE

Atelier ① : PASSES AUX TABLES

Thème n°3 • Se déplacer

MATÉRIEL

4 tables, 1 raquette par joueur et 1 balle pour 2 joueurs.

DURÉE DE L'ATELIER

5'

NOMBRE DE JOUEURS

4 à 12 joueurs

MODES DE PRATIQUE

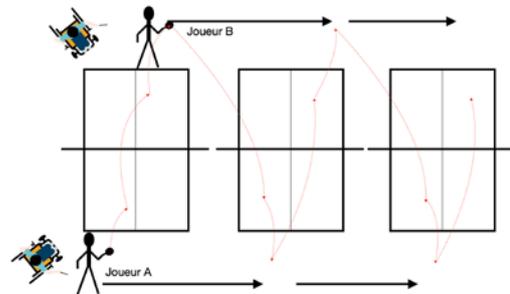
À la table

GESTION DE GROUPE

En coopération

DESCRIPTION

- ▶ Les 4 tables sont alignées et séparées de 30 à 50 cm les unes des autres.
- ▶ L'objectif est d'avancer de table en table en faisant durer l'échange entre 2 joueurs.



FONDAMENTAUX

▶ Se déplacer

▶ Doser

CONSIGNES

- ▶ Le joueur A réalise un service sur la table n°1.
- ▶ Le joueur B la renvoie sur la demi-table adverse de la table n°2.
- ▶ Le joueur A se déplace vers la table 2 pour aller renvoyer cette balle sur la demi-table adverse n°2, le joueur B renvoie sur la table n°3...
- ▶ Inverser les rôles au tour suivant. 2 autres joueurs sont en attente et démarrent la même situation quand les 2 premiers sont à la table n°2.

APPRENTISSAGE

- 1 Déplacement pour jouer la balle.
- 2 Doser sa force pour envoyer sur une table plus éloignée.
- 3 Se déplacer en pas chassés sur le côté ou en courant vers l'avant.
- 4 En fauteuil, jouer avec le fauteuil de profil.
- 5 S'arrêter pour jouer la balle.

REMÉDIATIONS

JOUEURS EN DIFFICULTÉ

- ▶ Coller les tables pour réduire la distance d'envoi et de déplacement.

EXERCICE TROP FACILE

- ▶ Accélérer l'envoi des balles en venant jouer plus près du rebond et/ou en tapant plus fort pour accélérer le déplacement de l'adversaire/partenaire.

JOUEURS AVANCÉS

- ▶ Obligation de déplacement en pas latéraux (pas sautés ou pas chassés).
- ▶ En fauteuil, aller vite entre le contact balle/raquette et la prise de la main courante pour avancer.



NIVEAU 3 MAÎTRISE : BALLE ROUGE

Atelier 2 : ATTRAPE LES BALLEES

Thème n°3 • Se déplacer

MATÉRIEL

1 table, 1 raquette par joueur, 1 bassine de 10 balles.

DURÉE DE L'ATELIER

7'

NOMBRE DE JOUEURS

2 joueurs par table

MODES DE PRATIQUE

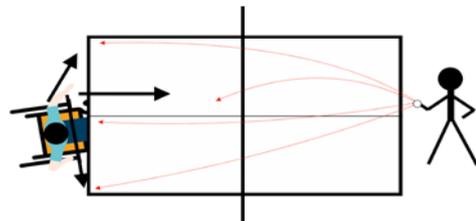
À la table

GESTION DE GROUPE

En coopération

DESCRIPTION

- ▶ Le rythme d'envoi des balles doit être assez élevé pour pousser le receveur à être réactif et à se replacer pour la balle suivante.



FONDAMENTAUX

- ▶ Se mouvoir pour attraper les balles

- ▶ Se replacer

CONSIGNES

- ▶ Le distributeur envoie la balle à la main sur la demi-table du joueur B en envoyant au moins 1 balle sur 2 dans un angle (extension).
- ▶ Possibilité de balles courtes pour obliger le joueur à se déplacer en profondeur.
- ▶ Le receveur doit attraper/renvoyer la balle qu'on lui envoie dans les extensions ou sur lui.
- ▶ Faire 10 essais à la main puis 10 avec la raquette.

APPRENTISSAGE

- 1 Déplacement et remplacement du joueur en fauteuil.
- 2 Bien utiliser la main courante qui sert d'appui pour le déplacement/remplacement du joueur.

REMÉDIATIONS

JOUEURS EN DIFFICULTÉ

- ▶ Ralentir le rythme de distribution.
- ▶ Prédéfinir le placement de la balle, ex : une balle en extension coup droit, puis une balle en extension revers, puis une balle courte dans le coup droit et ainsi de suite...

EXERCICE TROP FACILE

- ▶ Obliger le joueur B à jouer avec sa raquette et compter les bons renvois.
- ▶ Augmenter la cadence d'envoi des balles.
- ▶ Rendre encore plus difficiles les balles à attraper (plus loin, plus court...).

JOUEURS AVANCÉS

- ▶ Distribution au panier de balle pour augmenter la cadence.
- ▶ Augmenter l'incertitude des placements des balles.



NIVEAU 3 MAÎTRISE : BALLE ROUGE

Atelier ③ : LE JEU À BLANC

Thème n°3 • Se déplacer

MATÉRIEL

1 table pour 2 joueurs, 1 raquette par joueur, 6 cibles ou soucoupes (2 cibles par couleur soit 3 couleurs).

DURÉE DE L'ATELIER

5'

NOMBRE DE JOUEURS

2 joueurs par table

MODES DE PRATIQUE

À la table

GESTION DE GROUPE

En individuel

DESCRIPTION

- ▶ Positionner des soucoupes ou cibles plates de 3 couleurs différentes sur la table (6 cibles : à 15 cm du filet à droite, au milieu à gauche, à 15 cm du fond de la table, dans le coin gauche, au milieu et dans le coin droit).
- ▶ L'animateur indique à un rythme rapide la couleur et le lieu de la cible.



FONDAMENTAUX

- ▶ Se déplacer
- ▶ Jouer un coup à blanc
- ▶ Temps de réaction

CONSIGNES

- ▶ Le joueur debout doit se déplacer pour toucher la cible indiquée ou aller jouer à blanc en imaginant taper dans la balle au dessus. (bien faire le geste).
- ▶ Le joueur en fauteuil doit avoir sa main libre fixée sur la main courante.
- ▶ Le rythme de l'animateur doit permettre le remplacement du joueur en position de départ mais sans arrêt prolongé en position neutre.

APPRENTISSAGE

- 1 Déplacement sans la contrainte de la balle.

REMÉDIATIONS

JOUEURS EN DIFFICULTÉ

- ▶ Ralentir le rythme.
- ▶ Ne mettre que 4 cibles de 2 couleurs différentes.
- ▶ Passer chaque cible au fur et à mesure dans un continuum (court coup droit, puis long revers puis court revers puis long revers...).

EXERCICE TROP FACILE

- ▶ Augmenter le rythme entre chaque balle.
- ▶ Donner le nom du coup technique à réaliser plutôt que la couleur de la cible.

JOUEURS AVANCÉS

- ▶ L'animateur donne une suite de coups techniques à réaliser que le joueur exécute à blanc sans s'arrêter mais en repassant toujours par la position neutre.



NIVEAU 3 MAÎTRISE : BALLE ROUGE

Atelier 4 : LE PANIER DE BALLE

Thème n°3 • Se déplacer

MATÉRIEL

1 table pour 2-3 joueurs, 1 raquette par joueur,
1 bassine de 50 balles par table.

DURÉE DE L'ATELIER

15'

NOMBRE DE JOUEURS

2 ou 3 joueurs

MODES DE PRATIQUE

À la table

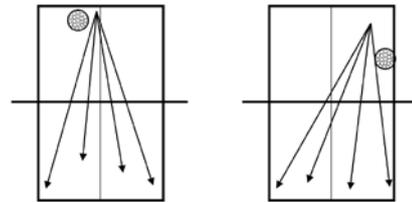
GESTION DE GROUPE

Sous forme d'ateliers à chaque table

DESCRIPTION

- ▶ Un joueur distribue les balles au panier, un joueur les rattrape et un joueur les ramasse.
- ▶ Changer les rôles à la fin de chaque bassine de 50 balles (le distributeur joue, le joueur ramasse et le ramasseur distribue).

Attention, le joueur hémiplégique peut être en difficulté dans le rôle de distributeur pour saisir la balle dans le panier. Par conséquent, son rythme de distribution peut être impacté.



FONDAMENTAUX

- ▶ Se déplacer et se placer par rapport à la balle.
- ▶ Se replacer pour jouer différentes balles.

CONSIGNES

- ▶ Le distributeur doit être en capacité d'envoyer une balle toutes les 3-4 secondes soit 15-20 balles par minute et doit envoyer les balles à des endroits aléatoires pour déplacer le joueur (court au milieu, long dans un angle, long au milieu, court dans un angle..).
- ▶ Le joueur doit renvoyer les balles sur la table adverse. Il doit être en mouvement pour se placer et jouer la balle dans des conditions favorables à l'arrêt.

APPRENTISSAGE

- 1 Enchaînement de coups en se placant et se déplaçant.

REMÉDIATIONS

JOUEURS EN DIFFICULTÉ

- ▶ Ralentir le rythme de distribution.
- ▶ Placer les balles de manière ordonnée et prévue (une balle longue en coup droit puis longue en revers..).

EXERCICE TROP FACILE

- ▶ Augmenter la cadence de distribution.
- ▶ Éloigner les balles à renvoyer.
- ▶ Distribuer de manière de plus en plus aléatoire dans le placement de la balle.

JOUEURS AVANCÉS

- ▶ Distribution par l'animateur pour améliorer la qualité et la cadence.
- ▶ Compter le nombre de bons renvois sur 10 ou 20 balles.



NIVEAU 3 MAÎTRISE : BALLE ROUGE

Atelier ⑤ : RONDE DE TABLE, TOURNANTE SUR 3 TABLES

Thème n°3 • Se déplacer

MATÉRIEL

3 tables, 1 raquette par joueur, 1 bassine de 50 à 100 balles.

DURÉE DE L'ATELIER

10'

NOMBRE DE JOUEURS

Au moins 4 joueurs

MODES DE PRATIQUE

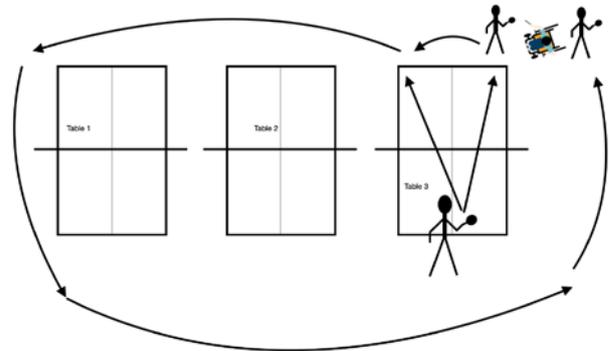
À la table

GESTION DE GROUPE

Sous forme d'atelier

DESCRIPTION

- ▶ Les joueurs se placent en file indienne derrière la table n° 3 (dans le coin du revers du droitier).
- ▶ L'animateur se place de l'autre côté avec la bassine de balle.



FONDAMENTAUX

- ▶ Se déplacer pour jouer.
- ▶ Enchaîner 2 balles d'affilée.

CONSIGNES

- ▶ L'animateur envoie 2 balles (une dans chaque coin) par joueur qui doit les renvoyer sur la table puis faire le tour des 3 tables le plus vite possible pour se remettre dans la file indienne.
- ▶ Le joueur en fauteuil joue une balle en revers puis une balle en coup droit.
- ▶ Les joueurs ne peuvent pas se dépasser autour des tables.
- ▶ Au fil du jeu, les joueurs qui ne renvoient pas les 2 balles peuvent être éliminés.

APPRENTISSAGE

- 1 Jouer en se déplaçant.
- 2 Alternier l'engagement physique et la concentration technique.

REMÉDIATIONS

JOUEURS EN DIFFICULTÉ

- ▶ Ne distribuer qu'une seule balle.
- ▶ Ralentir la distribution pour laisser le temps au joueur de faire le tour des 3 tables.

EXERCICE TROP FACILE

- ▶ Mettre en place des défis et éliminer les joueurs dès qu'ils font une faute.

JOUEURS AVANCÉS

- ▶ Avoir 2 animateurs qui distribuent des balles sur 2 tables en même temps et jouer 4 balles tout en tournant autour des tables.



NIVEAU 3 MAÎTRISE : BALLE ROUGE

Thème n° 4

ENCHAÎNER LA LIAISON COUP DROIT - REVERS

- ① PANIER DE BALLE**
- ② LIAISON COUP DROIT REVERS SUR ZONE FIXE**
- ③ LE HUIT**



NIVEAU 3 MAÎTRISE : BALLE ROUGE

Atelier ① : PANIER DE BALLE

Thème n°4 • Enchaîner la liaison coup droit - revers

MATÉRIEL

1 table, 1 raquette par joueur, 1 bassine de 50 balles.

DURÉE DE L'ATELIER

15'

NOMBRE DE JOUEURS

3 joueurs par table

MODES DE PRATIQUE

À la table

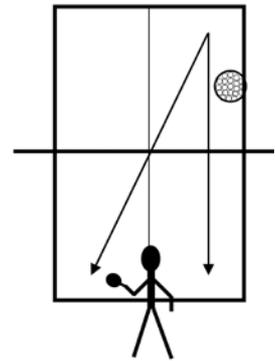
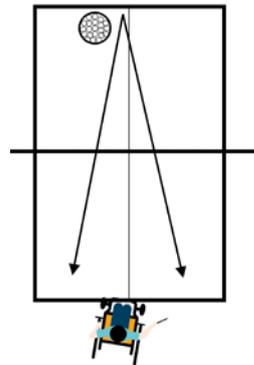
GESTION DE GROUPE

Par atelier

DESCRIPTION

- ▶ Un joueur distribue les balles au panier, un joueur les renvoie et un joueur les ramasse.
- ▶ La distribution des balles doit se faire à un rythme qui permet au joueur de ne pas avoir d'arrêt entre son coup droit et son revers.

Attention, le joueur hémiplégique peut être en difficulté dans le rôle de distributeur pour saisir la balle dans le panier. Par conséquent, son rythme de distribution peut être impacté.



FONDAMENTAUX

- ▶ Le coup droit et le revers
- ▶ La liaison et l'enchaînement de coups techniques

CONSIGNES

- ▶ Les balles envoyées par le distributeur sont longues (10-15 cm du fond de table) et placées environ au milieu de la table de la zone coup droit et au milieu de la zone revers alternativement.
- ▶ Le joueur doit renvoyer les balles de l'autre côté du filet en alternant un coup droit et un revers.
- ▶ Changer les rôles à la fin de chaque bassine de 50 balles (le distributeur joue > le joueur ramasse > le ramasseur distribue).

APPRENTISSAGE

- 1 Déplacement latéral
- 2 Replacer sa main avec la raquette au milieu dans la liaison entre le coup droit et le revers.
- 3 Alternier le coup droit et le revers dans le même échange.

REMÉDIATIONS

JOUEURS EN DIFFICULTÉ

- ▶ Ralentir la distribution des balles.
- ▶ Envoyer les balles dans la zone d'habileté du joueur (pas trop loin du corps en coup droit et sur le joueur en revers).

EXERCICE TROP FACILE

- ▶ Augmenter le rythme de distribution.
- ▶ Éloigner les balles de la zone d'habileté du joueur.

JOUEURS AVANCÉS

- ▶ Distribuer de manière aléatoire (soit dans le coup droit, soit dans le revers) pour augmenter l'incertitude.



Atelier ② : LIAISON COUP DROIT - REVERS SUR ZONE FIXE

Thème n°4 • Enchaîner la liaison coup droit - revers

MATÉRIEL	DURÉE DE L'ATELIER
1 table, 1 raquette par joueur, 1 bassine de 20 balles.	14'

NOMBRE DE JOUEURS	MODES DE PRATIQUE	GESTION DE GROUPE
2 joueurs par table	À la table	En coopération

DESCRIPTION	
<p>▶ Les deux joueurs sont placés de chaque côté de la table.</p>	

FONDAMENTAUX	CONSIGNES
<p>▶ Le placement de la balle en diagonale ou en ligne.</p> <p>▶ La liaison du coup droit et du revers.</p>	<p>▶ Le joueur A sert en diagonale, le joueur B renvoie dans la zone d'où vient le service.</p> <p>▶ Le joueur A renvoie à nouveau cette balle mais en ligne droite dans l'autre zone du joueur B qui lui aussi renvoie en ligne droite et ainsi de suite.</p> <p>▶ Au bout des 7 mn, inverser les rôles.</p> <p>▶ Possibilité de répéter cette situation avec un distributeur qui joue à partir de l'autre zone (distribution en coup droit, puis distribution en revers).</p>

APPRENTISSAGE

- ① Placement dans une zone, lier et enchaîner dans le jeu un coup droit et un revers.
- ② Tourner la raquette vers l'endroit où l'on veut envoyer la balle.

REMÉDIATIONS		
JOUEURS EN DIFFICULTÉ	EXERCICE TROP FACILE	JOUEURS AVANCÉS
<p>▶ S'il n'y a pas d'échange, le distributeur sert une fois dans le coup droit, puis sert dans le revers.</p>	<p>▶ Les joueurs jouent plus vite en touchant la balle plus tôt dans sa trajectoire (plus près du rebond).</p>	<p>▶ Compter le nombre de liaisons réussies d'affilée sans discontinuité de l'échange.</p>



NIVEAU 3 MAÎTRISE : BALLE ROUGE

Atelier ③ : LE HUIT

Thème n°4 • Enchaîner la liaison coup droit - revers

MATÉRIEL

1 table, 1 raquette par joueur, 1 bassine de 20 balles.

DURÉE DE L'ATELIER

10'

NOMBRE DE JOUEURS

2 joueurs par table

MODES DE PRATIQUE

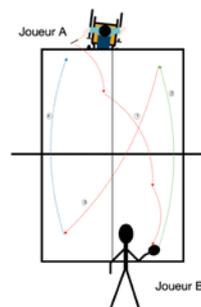
À la table

GESTION DE GROUPE

En coopération

DESCRIPTION

- ▶ Les deux joueurs sont placés de chaque côté de la table pour réaliser des échanges.



FONDAMENTAUX

- ▶ Les échanges
- ▶ La liaison coup droit - revers
- ▶ Le placement de la balle dans une zone
- ▶ Le placement de la balle en ligne ou en diagonale

CONSIGNES

- ▶ Le joueur A sert et renvoie en diagonale.
- ▶ Le joueur B renvoie en ligne droite (circulation de la balle en huit).
- ▶ Au bout de 5 mn, inverser les rôles.

APPRENTISSAGE

- 1 Faire des échanges en enchaînant les coups et en variant la direction de la balle
- 2 Tourner la raquette vers l'endroit où l'on veut envoyer la balle.

REMÉDIATIONS

JOUEURS EN DIFFICULTÉ

- ▶ L'animateur joue avec le joueur pour garantir la réussite de l'échange et maîtriser la vitesse de jeu.

EXERCICE TROP FACILE

- ▶ Augmenter le rythme de jeu en jouant plus près du rebond.
- ▶ Accentuer la précision en jouant dans les coins en diagonale et droit le long de la ligne.

JOUEURS AVANCÉS

- ▶ Réussir à enchaîner 3 à 5 huit complets sans rupture de l'échange.



NIVEAU 3 MAÎTRISE : BALLE ROUGE

Thème n° 5

PLACER, DOSER ET DIRIGER LA BALLE

- ① LE MORPONG**
- ② PANIER BALLE ET VISÉE DE CIBLE**
- ③ ROMPRE L'ÉCHANGE PAR LE PLACEMENT**
- ④ ROMPRE L'ÉCHANGE PAR LA VITESSE**



NIVEAU 3 MAÎTRISE : BALLE ROUGE

Atelier ① : LE MORPONG

Thème n°5 • Placer, doser et diriger la balle

MATÉRIEL

1 table, 10 cibles (5 de chaque couleur), 1 raquette par joueur, scotch de peintre, une bassine de 50 balles.

DURÉE DE L'ATELIER

15'

NOMBRE DE JOUEURS

3 joueurs par table

MODES DE PRATIQUE

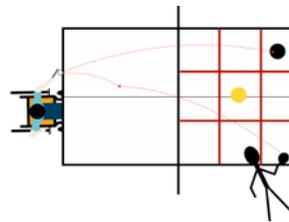
À la table

GESTION DE GROUPE

En duel

DESCRIPTION

- ▶ Une demi-table est divisée en 9 zones comme le quadrillage du jeu du morpion.
- ▶ Un joueur distribue les balles depuis le côté quadrillé, les 2 autres sont adversaires pour réaliser un morpion (aligner 3 cases de la même couleur).



FONDAMENTAUX

- ▶ Viser
- ▶ Doser
- ▶ Être malin

CONSIGNES

- ▶ Le relanceur renvoie en visant une des 9 cases. Placer une cible de la couleur.
- ▶ Le distributeur envoie ensuite une balle au joueur suivant qui doit viser une autre case pour réussir son morpion et ainsi de suite jusqu'à ce que l'un des 2 joueurs réalise une ligne ou une diagonale avec des cibles de sa couleur.
- ▶ Inverser les rôles ensuite avec le perdant qui distribue et le distributeur qui va défier le gagnant.

APPRENTISSAGE

- 1 Viser et doser en même temps du coup droit ou du revers.
- 2 Être malin sur les placements de la balle pour gagner et faire perdre son adversaire.
- 3 Choisir des zones spécifiques de manière stratégique.

REMÉDIATIONS

JOUEURS EN DIFFICULTÉ

- ▶ Réaliser cet exercice au service sans distributeur.
- ▶ L'animateur envoie les balles pour en contrôler la vitesse et le placement.

EXERCICE TROP FACILE

- ▶ Limiter le nombre de balles pour réussir son morpion.
- ▶ Réduire la zone de rebond dans chacune des cases.
- ▶ Imposer la réussite de telle ligne ou telle diagonale.
- ▶ Lâcher la balle un peu plus loin du corps sur les côtés.

JOUEURS AVANCÉS

- ▶ Déterminer le coup utilisé pour renvoyer la balle dans une case (coup droit, revers, ou libre).
- ▶ Réduire la zone de rebond dans chacune des cases.



Atelier ② : PANIER BALLE ET VISÉE DE CIBLE

Thème n°5 • Placer, doser et diriger la balle

MATÉRIEL	DURÉE DE L'ATELIER
----------	--------------------

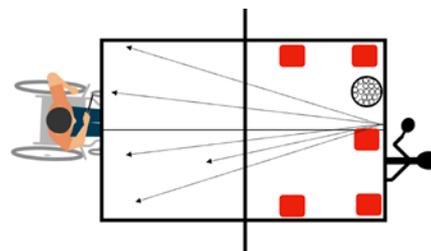
1 bassine de 50 balles par table, 1 raquette par joueur, des cibles de 5 cm à 10 cm de large (soucoupes, feuilles A5...).

15'

NOMBRE DE JOUEURS	MODES DE PRATIQUE	GESTION DE GROUPE
2 ou 3 joueurs par table	À la table	Atelier

DESCRIPTION

- ▶ Le distributeur se place au fond d'une demi-table pour envoyer les balles au relanceur (la balle distribuée ressemble à une balle jouée).
- ▶ Les cibles sont placées au fond de la table dans les coins, au milieu et sur les côtés.



FONDAMENTAUX	CONSIGNES
--------------	-----------

▶ Placer

▶ Être mâlin

- ▶ Le distributeur envoie des balles sans effet sur toute la table. La cadence de distribution doit obliger le relanceur à ne pas s'arrêter entre 2 coups joués.
- ▶ Le relanceur doit viser les cibles de manière régulière ou non.

APPRENTISSAGE

- ① Prise de décision du placement en fonction de la balle qui arrive.
- ② Placer la balle à des endroits stratégiques.

REMÉDIATIONS		
--------------	--	--

JOUEURS EN DIFFICULTÉ	EXERCICE TROP FACILE	JOUEURS AVANCÉS
<ul style="list-style-type: none"> ▶ Viser de manière régulière les cibles à partir d'une distribution régulière également. ▶ Être stratégique dans ces choix de placement en fonction de la balle qu'il reçoit. 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Augmenter la vitesse de distribution. ▶ Mettre en place des challenges pour toucher les cibles (toucher les 5 cibles en 5 balles par exemple). 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Varier les coups utilisés pour toucher les cibles (poussettes, top spin...).



NIVEAU 3 MAÎTRISE : BALLE ROUGE

Atelier ③ : ROMPRE L'ÉCHANGE PAR LE PLACEMENT

Thème n°5 • Placer, doser et diriger la balle

MATÉRIEL

1 bassine de 20 balles par table, 1 raquette par joueur.

DURÉE DE L'ATELIER

10'

NOMBRE DE JOUEURS

2 joueurs par table

MODES DE PRATIQUE

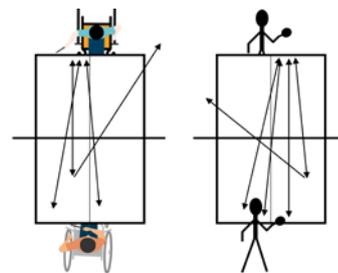
À la table

GESTION DE GROUPE

En opposition

DESCRIPTION

- ▶ Les joueurs sont positionnés de chaque côté de la table pour réaliser des échanges.



FONDAMENTAUX

- ▶ Placer
- ▶ Choisir la bonne balle

CONSIGNES

- ▶ Les 2 joueurs réalisent des échanges en variant la longueur et le placement en largeur des balles à l'intérieur des lignes du fond de table.
- ▶ Quand il veut, chaque joueur essaie de placer la balle sur le petit côté.
- ▶ Si l'adversaire arrive à renvoyer la balle, jouer le point pour le gagner.

APPRENTISSAGE

- 1 Stratégie de placement pour gagner le point (jouer long sur l'adversaire est gênant).
- 2 Être capable au cours d'un échange de varier le placement pour gêner l'adversaire.

REMÉDIATIONS

JOUEURS EN DIFFICULTÉ

- ▶ Décider à l'avance le joueur qui peut varier le placement.
- ▶ Décider à l'avance quelle balle (la 2^e ou 3^e jouée) va être écartée pour gagner le point.

EXERCICE TROP FACILE

- ▶ Augmenter la vitesse des échanges avant de changer de placements.
- ▶ Compter les points quand on gagne sur la balle qui est variée en placement.

JOUEURS AVANCÉS

- ▶ Utiliser les effets pour mettre encore plus en difficulté l'adversaire.



Atelier 4 : ROMPRE L'ÉCHANGE PAR LA VITESSE

Thème n°5 • Placer, doser et diriger la balle

MATÉRIEL	DURÉE DE L'ATELIER
1 table pour 2 joueurs, 1 bassine de 20 balles par table.	10'

NOMBRE DE JOUEURS	MODES DE PRATIQUE	GESTION DE GROUPE
2 joueurs par table	À la table	En opposition

DESCRIPTION	
<ul style="list-style-type: none"> ▶ Les deux joueurs sont placés de chaque côté de la table. 	

FONDAMENTAUX	CONSIGNES
<ul style="list-style-type: none"> ▶ Changer de rythme ▶ Frapper 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Les 2 joueurs réalisent des échanges en variant la longueur et le placement en largeur des balles à l'intérieur des lignes du fond de table. ▶ Quand il veut, chaque joueur essaie d'accélérer en réalisant une attaque pour gagner le point. ▶ Si l'adversaire arrive à renvoyer la balle, on joue le point pour le gagner.

APPRENTISSAGE
<ol style="list-style-type: none"> 1 Être capable au cours d'un échange de varier la vitesse de son coup technique pour gêner l'adversaire. 2 Choisir la bonne balle pour attaquer : une balle un peu plus lente, un peu plus haute et dans sa zone d'habileté. 3 Pour accélérer, le joueur peut toucher la balle plus près du rebond ou avoir un geste plus rapide et franc au moment de son impact balle/raquette.

REMÉDIATIONS		
JOUEURS EN DIFFICULTÉ	EXERCICE TROP FACILE	JOUEURS AVANCÉS
<ul style="list-style-type: none"> ▶ Décider à l'avance quelle balle va être attaquée. ▶ Attaquer avec le coup droit. 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Augmenter le rythme des échanges avant d'attaquer la balle. ▶ Compter les points quand on gagne sur son attaque. 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Jouer avec des effets en plus de la vitesse.



NIVEAU 3 MAÎTRISE : BALLE ROUGE

Thème n° 6

JOUER POUR MARQUER DES POINTS

① LA MONTÉE DE TABLE

② LE MATCH À THÈME

③ LE MATCH

④ JOUER EN DOUBLE



NIVEAU 3 MAÎTRISE : BALLE ROUGE

Atelier ① : LA MONTÉE DE TABLE

Thème n°6 • Jouer pour marquer des points

MATÉRIEL

1 table pour 2 joueurs, 1 raquette par joueur.

DURÉE DE L'ATELIER

15'

NOMBRE DE JOUEURS

Au moins 4 joueurs (nombre pair)

MODES DE PRATIQUE

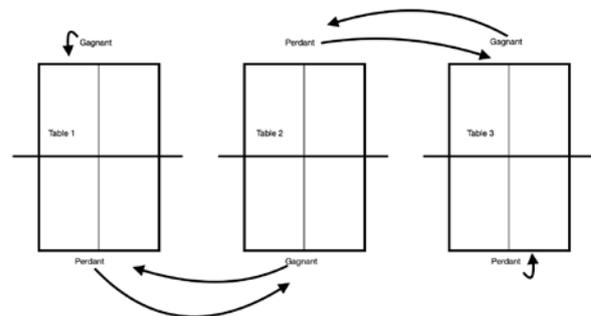
À la table

GESTION DE GROUPE

En opposition

DESCRIPTION

- ▶ Tous les joueurs sont placés devant une table.
- ▶ Numéroté les tables.



FONDAMENTAUX

- ▶ Le comptage de points
- ▶ Les stratégies de jeu

CONSIGNES

- ▶ Le vainqueur est le 1er joueur qui marque 3 points, 5 points ou une manche de 11 points (1 ou 2 services chacun).
- ▶ Le vainqueur monte vers la table 1, le perdant descend vers la table 3,4,5 (en fonction du nombre de tables).
- ▶ Possibilité de donner des contraintes obligatoires (par exemple, service avec effet ou attaque interdite en fonction du thème de la séance).

APPRENTISSAGE

- 1 Utiliser les apprentissages techniques en situation de jeu.
- 2 S'adapter à son adversaire.

REMÉDIATIONS

JOUEURS EN DIFFICULTÉ

- ▶ Le joueur garde le service sans changer.
- ▶ Valoriser par 2 points le gain du point pour équilibrer les rencontres.

EXERCICE TROP FACILE

- ▶ Mettre des contraintes plus compliquées pour marquer le point.

JOUEURS AVANCÉS

- ▶ Compter le nombre total de victoires et de défaites de chaque joueur.



NIVEAU 3 MAÎTRISE : BALLE ROUGE

Atelier ② : LE MATCH À THÈME

Thème n°6 • Jouer pour marquer des points

MATÉRIEL

1 table pour 2 joueurs, 1 raquette par joueur.

DURÉE DE L'ATELIER

15 à 20'

NOMBRE DE JOUEURS

2 joueurs par table

MODES DE PRATIQUE

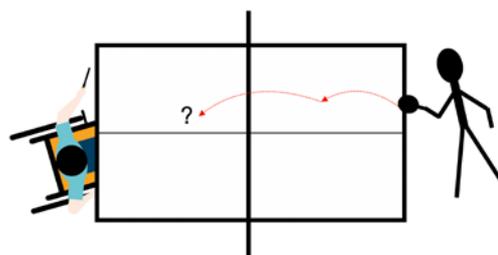
À la table

GESTION DE GROUPE

En opposition

DESCRIPTION

- ▶ Les deux joueurs sont placés de chaque côté de la table.



FONDAMENTAUX

- ▶ Le comptage de points
- ▶ L'intégration des coups techniques

CONSIGNES

- ▶ Jouer un match ou une manche de 11 points (changement de serveur tous les 2 pts) avec un thème imposé :
 - Ne jouer que du revers.
 - Servir court.
 - Marquer 2 points si son adversaire ne touche pas la balle (vitesse ou placement)...

APPRENTISSAGE

- 1 Mettre en place les apprentissages en situation de jeu réel.
- 2 Répétition de geste technique.

REMÉDIATIONS

JOUEURS EN DIFFICULTÉ

- ▶ Choisir un thème accessible au niveau du joueur.

EXERCICE TROP FACILE

- ▶ Ajouter des contraintes supplémentaires : jouer une seule fois du revers dans le point...

JOUEURS AVANCÉS

- ▶ Compter le nombre de victoires et de défaites par rapport aux autres joueurs.



NIVEAU 3 MAÎTRISE : BALLE ROUGE

Atelier ③ : LE MATCH

Thème n°6 • Jouer pour marquer des points

MATÉRIEL

1 table pour 2 joueurs, 1 raquette par joueur.

DURÉE DE L'ATELIER

15 à 20'

NOMBRE DE JOUEURS

2 joueurs par table

MODES DE PRATIQUE

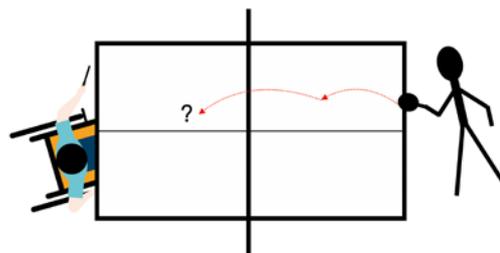
À la table

GESTION DE GROUPE

En opposition

DESCRIPTION

- ▶ Les deux joueurs sont placés de chaque côté de la table.



FONDAMENTAUX

- ▶ Le match
- ▶ Savoir compter les points

CONSIGNES

- ▶ Jouer un match (1, 2 ou 3 manches gagnantes en fonction du temps et/ou de la volonté de changer de partenaire).
- ▶ Les joueurs doivent développer des stratégies de jeu pour gagner en utilisant leurs points forts et repérer les points faibles adverses.
- ▶ Proposer un arbitre pour l'apprentissage des règles.

APPRENTISSAGE

- 1 Savoir compter les points.
- 2 Développer des stratégies différentes en fonction de l'adversaire.

REMÉDIATIONS

JOUEURS EN DIFFICULTÉ

EXERCICE TROP FACILE

JOUEURS AVANCÉS

- ▶ Mettre un joueur en posture d'arbitre pour apprendre à compter les points. Alternier les rôles au fil des matchs. Voir le "[Tutos des Experts](#)" pour comprendre les règles du jeu sur la médiathèque Handisport.



NIVEAU 3 MAÎTRISE : BALLE ROUGE

Atelier 4 : JOUER EN DOUBLE

Thème n°6 • Jouer pour marquer des points

MATÉRIEL

1 table pour 4 joueurs.

DURÉE DE L'ATELIER

15'

NOMBRE DE JOUEURS

4 joueurs par table

MODES DE PRATIQUE

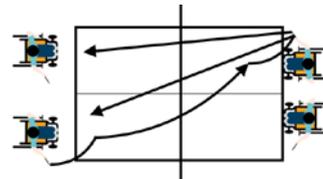
À la table

GESTION DE GROUPE

En opposition

DESCRIPTION

- ▶ Les paires de double sont placées de chaque côté de la table.



FONDAMENTAUX

- ▶ Le jeu en double

CONSIGNES

- ▶ Le service est obligatoirement en diagonale à partir du rectangle à droite du serveur.
- ▶ Après avoir fait ses 2 services, le serveur change de côté avec son partenaire.
- ▶ Les joueurs debout de la même équipe doivent alterner leur renvoi tandis que les joueurs en fauteuil jouent quand ils le veulent en se mettant d'accord entre partenaires.

Attention, le fauteuil ne doit pas couper la ligne du milieu de la table dans son positionnement (chacun dans son camp).

APPRENTISSAGE

- 1 Savoir s'organiser et compter les points en double.
- 2 Être capable de comprendre le fonctionnement et les règles du jeu en double (différente pour les joueurs debout et les joueurs en fauteuil).

REMÉDIATIONS

JOUEURS EN DIFFICULTÉ

EXERCICE TROP FACILE

JOUEURS AVANCÉS

- ▶ Pour comprendre les règles du double, il faut consulter les "[Tutos des experts](#)" sur la médiathèque Handisport.

PARTENAIRES INSTITUTIONNELS



PARTENAIRE OFFICIEL DE LA
FÉDÉRATION ET DES ÉQUIPES
DE FRANCE



PARTENAIRES OFFICIELS



PARTENAIRES ASSOCIÉS & FOURNISSEURS OFFICIELS



PARTENAIRE DE LA COMMISSION TENNIS DE TABLE



AUX JEUX DE PARIS 2024, EDF VISE LE PLUS PETIT RECORD DU MONDE.

EDF, Partenaire Premium et Fournisseur Officiel d'électricité des Jeux Olympiques et Paralympiques de Paris 2024, soutient les Jeux dans leur objectif d'avoir le plus petit impact possible sur le climat*.

Devenons l'énergie qui change tout.



FOURNISSEUR OFFICIEL
D'ÉLECTRICITÉ ET DE GAZ



Rejoignez-nous sur edf.fr/paris2024

L'énergie est notre avenir, économisons-la!

* En 2018, le mix énergétique du groupe EDF est composé à 78 % de nucléaire, 12 % d'énergies renouvelables, 8 % de gaz, 1 % de charbon et 1 % de fioul. Il est à 90 % sans émissions de CO₂ (émissions hors analyse du cycle de vie des moyens de production et des combustibles) – Source EDF : « Indicateurs de performance financière et extra financière 2018 ». Plus d'infos sur edf.fr/mix-energetique et sur les objectifs de Paris 2024 sur <https://www.paris2024.org/fr/heritage-une-ambition-environnementale-inedite>