

ÉDUC'PING

EPS - Cycle 3

Ecoles Primaires

TABLE DES MATIERES

Situations thématiques en lien avec des objectifs éducatifs et pédagogiques :


- 1. C1 à C7 « Contrer » = situations de coopération (CE2-CM1)**
- 2. G1 à G7 « Gagner » = situations d'apprentissage pour gagner le point : vite, fort, etc ... (CE2-CM1)**
 - Le Labyrinthe
 - Le chat et la souris
 - Le gendarme et les voleurs
- 3. O1 à O7 : « Organiser » = apprentissages tactiques / mises en situation (CM1-CM2)**
- 4. JT1 à JT3 « Jeux à thèmes » = exemples de situations comptées / compétitives à mettre en place : défi, table montante, jeux à thèmes (bonification) (CM2 + fin de cycle toutes les classes)**
 - Le match à thème
 - Le défi
 - Les tables montantes

C1

Thème : Contrer

Réagir Rapidement pour varier la direction de la balle.

Technique associée : Placement de la balle


Besoins matériels	1 balle par table 1 table pour 2 1 raquette par élève 1 craie 1 plot
Situation	 <p>X et Y jouent en coup droit sur coup droit dans la diagonale coup droit. C'est Y qui sert. Après avoir renvoyé la balle, X pose un plot (tenudans sa main libre) dans Situation L'une des 3 zones matérialisées sur la table. Y doit alors atteindre la zone dans laquelle se trouve le plot de X. Y marque 1 point s'il atteint la zone déterminée. X marque 1 point si Y n'atteint pas la bonne zone.</p>
Consignes	Pour Y, regarder son adversaire pour pouvoir réagir rapidement lorsque celui-ci pose le plot sur la table.
Critères de réussite	Marquer au moins 5 points sur 10 essais (pour Y).
Variantes	<ul style="list-style-type: none">- Le relanceur détermine l'emplacement du service.- Matérialiser 2 ou 4 zones au lieu de 3.- Déterminer le moment auquel X doit déposer le plot.- Idem à partir d'un jeu en revers sur revers.- Les deux élèves font la situation en même temps.

C2

Thème : Contrer

Parer un changement de rythme et de direction.

Technique associée : Placement de la balle


Besoins matériels	1 balle par table 1 table pour 2 2 raquettes pour 3 élèves
Situation	 <p>X et Y jouent en coup droit sur coup droit dans la diagonale coup droit. A la 4^e balle, X accélère ou ralentit le rythme de l'échange en envoyant la balle où il veut sur la table. Y doit remettre cette balle dans le coup droit de X pour que l'échange se poursuive... Z arbitre. A la fin de la période : X devient Y, Y devient Z, Z devient X...</p>
Consignes	Pour T, être attentif et concentré pour renvoyer la 4 ^e balle (variée en vitesse et en direction). Essayer d'identifier le plus rapidement possible la direction et la vitesse de cette 4 ^e balle.
Critères de réussite	6 renvois corrects sur 10 de la 4 ^e balle (dans le coup droit de X).
Variantes	<ul style="list-style-type: none">- Utiliser uniquement le changement de rythme (ne pas combiner avec le changement de direction) ou imposer un placement au changement de rythme.- Jeu libre après le 4^e échange.- X varie le placement et le rythme quand il le souhaite.- Idem à partir d'un jeu en revers sur revers dans la diagonale revers.

C3

Thème : Contrer

Varié latéralement le placement de la balle.

Technique associée : Placement de la balle


Besoins matériels	1 balle par table 1 table pour 2 1 raquette par élève 1 plot pour 2 1 craie
Situation	 <ol style="list-style-type: none">1. X dépose un plot dans l'une des trois zones matérialisées sur la table.2. X effectue un service dans le coup droit de Y.3. X et Y jouent en coup droit sur coup droit dans la diagonale coup droit. Y a un maximum de 5 touches de balle pour envoyer la balle au moins 2 fois dans la zone définie par le plot. Y marque 1 point s'il effectue la situation correctement.
Consignes	Orienter le mouvement afin d'atteindre au moins deux fois la zone choisie par X.
Critères de réussite	Marquer 6 points sur 10 essais.
Variantes	<ul style="list-style-type: none">- Modifier le rapport nombre de touches de balle / nombre de fois d'atteinte de la zone.- X peut modifier l'emplacement du plot au cours de l'échange.- Idem à partir d'un jeu en revers sur revers dans la diagonale revers.- Les deux élèves font la situation en même temps.

C4

Thème : Contrer

Envoyer la balle là où l'adversaire n'est pas.

Technique associée : Placement de la balle


Besoins matériels	1 balle par table 1 table pour 2 2 raquettes pour 3 élèves 2 cerceaux
Situation	 <p>Y attend le service de X en tournant le dos à la table. X effectue un service et au même moment où la balle sort de sa main libre, il dit « top ». Juste après son service, il va se placer dans l'un des deux cerceaux. Y renvoie la balle là où X ne pourra pas la toucher. Y marque 1 point si X ne touche pas la balle. Z arbitre. A la fin de la période : X devient Z, Y devient Z, Z devient X...</p>
Consignes	Etre bien attentif pour se retourner rapidement dès le signal. Bien regarder où est placé l'adversaire pour envoyer la balle là où il n'est pas.
Critères de réussite	Marquer 6 points sur 10 essais.
Variantes	<ul style="list-style-type: none">- Attendre le bruit du premier rebond sur la table pour se retourner.- Le jeu commence en coup droit sur coup droit dans la diagonale coup droit (ou revers sur revers dans la diagonale revers) et à un moment donné X se place dans un cerceau.

C5

Thème : Contrer

Se placer correctement pour renvoyer une balle qui vient sur soi.

Technique associée : Déplacement


Besoins matériels	1 balle par table 1 table pour 2 1 raquette par élève
Situation	 <p>Y est placé dans une zone d'environ 1m derrière le milieu de la table et renvoie toutes les balles dans la 1/2 table revers de X sans sortir les pieds de la zone qui lui est impartie. X envoie toutes les balles sur Y. Z arbitre. Il compte les renvois corrects de Y (1/1, 2/2, 2/3, 2/4, 3/5...)</p>
Consignes	Placer son corps et se déplacer par rapport à la balle qui vient sur soi, pour la renvoyer et la diriger correctement.
Critères de réussite	15 renvois corrects sur 20 balles envoyées par X.
Variantes	<ul style="list-style-type: none">- Utiliser uniquement le service.- Effectuer la situation en coup droit ou en revers.- Mettre un arbitre en place.- Modifier la zone de déplacement autorisée.- Les deux font la situation en même temps...

C6

Thème : Contrer

Orienter la raquette et doser l'énergie pour contrer les variations des balles adverses.

Technique associée : Découverte des effets


Besoins matériels	1 balle par table 1 table pour 2 1 raquette par élève (raquette qui accroche !)
Situation	 <p>X et Y jouent à la table. Y est serveur et marque un point si X ne parvient pas à marquer en moins de trois touches de balle.</p>
Consignes	Pour Y, varier les effets pour gêner X. Etre attentif aux variations données par X afin d'adapter l'ouverture de raquette et l'énergie du coup pour retourner correctement la balle. Pour X, essayer de varier la nature des balles envoyées afin de donner un maximum d'incertitudes à Y.
Critères de réussite	Marquer 6 points sur 10.
Variantes	<ul style="list-style-type: none">- Y renvoie toutes les balles sur le revers ou sur le coup droit de X.- Imposer un type d'effet pour Y et X.- Marquer en moins de quatre touches de balle (pour X)...

C7

Thème : Contrer

Contrer les effets de l'autre.

Technique associée : Découverte des effets


Besoins matériels	1 balle par table 1 table pour 2 2 raquettes pour 3 élèves (raquettes qui accrochent)
Situation	 <p>X et Y font un match et Z arbitre. X ne peut enchaîner deux coups identiques, ni placer deux fois de suite la balle au même endroit (sinon il perd le point). A la fin du match, X devient Y, Y devient Z et Z devient X...</p>
Consignes	Pour X, varier au maximum les effets et les placements de balle de façon à gêner son adversaire. Pour Y, s'adapter aux variations de X (trouver les coups appropriés pour contrer les effets produits par X).
Critères de réussite	Gagner le match.
Variantes	<ul style="list-style-type: none">- Imposer seulement la nature de balle ou le placement de balle.- Imposer un placement de balle pour Y.- Les deux font la situation en même temps...

G1

Thème : Gagner le point

Variation de la force communiquée à la balle.

Technique associée : Placement de la balle


Besoins matériels	1 panier de 10 balles 1 table 1 craie 1 raquette
Situation	 <p>X envoie la balle à la main dans la zone d'envoi. Les balles sont envoyées à intervalles réguliers (env. 1 par seconde). Y renvoie la balle sur la table de façon à ce que le deuxième rebond de la balle s'effectue soit sur la table, soit en arrière de la zone interdite. La ligne délimitant la zone interdite est située à environ 2 mètres de la table.</p>
Consignes	Doser l'énergie du geste de façon à ce que le deuxième rebond de la balle soit plus ou moins long.
Critères de réussite	6 renvois réussis sur 10 (3 dont le 2 ^e rebond est sur la table et 3 dont le 2 ^e rebond est derrière la zone interdite). Instaurer des zones de renvoi pour le premier rebond...
Variantes	Effectuer la situation du coup droit, du revers, en jeu continu...

G2

Thème : Gagner le point

Varié le placement de la balle en profondeur.

Technique associée : Placement de la balle


Besoins matériels	1 panier de 10 balles 1 table 1 craie 1 raquette
Situation	 <p>X envoie la balle à la main dans la zone d'envoi. Les balles sont envoyées à intervalles réguliers (env. 1 par seconde). Y renvoie la balle sur la table en évitant la zone interdite. Si un envoi ne se fait pas dans la zone souhaitée on recommence dans cette zone. Atteindre alternativement les zones A et B.</p>
Consignes	Doser l'énergie du geste de façon à atteindre des zones plus ou moins proches du filet.
Critères de réussite	Réaliser correctement 6 renvois sur 10 (3 dans la zone A et 3 dans la zone B).
Variantes	<ul style="list-style-type: none">- Modifier les zones d'envoi et les zones interdites (longueur, forme...)- Effectuer la situation du coup droit, du revers, en jeu continu...

G3

Thème : Gagner le point

Variation de la direction de la trajectoire de la balle.

Technique associée : Placement de la balle


Besoins matériels	1 panier de 10 balles 1 table 1 craie 1 raquette
Situation	 <p>X envoie la balle à la main dans la zone d'envoi. Les balles sont envoyées à intervalles réguliers (env. 1 par seconde) Y renvoie la balle sur la table en évitant la zone interdite et alternant les renvois dans les deux zones.</p>
Consignes	Terminer le geste vers l'endroit où l'on veut envoyer la balle.
Critères de réussite	Réussir 6 renvois sur 10.
Variantes	<ul style="list-style-type: none">- Modifier les zones d'envois et zones interdites (longueur, forme...)- Renvoyer avec le coup droit, le revers, en alternance coup droit - revers.- Effectuer la situation de la main droite, de la main gauche, en jeu continu.

G4

Thème : Gagner le point

Placer la balle là où l'adversaire n'est pas.

Technique associée : Placement de la balle


Besoins matériels	1 panier de 10 balles 1 table 2 cerceaux 1 raquette
Situation	 <p>X :</p> <ol style="list-style-type: none">1. Envoie la balle à la main dans la zone d'envoi à partir du milieu de sa 1/2 table2. Se place à droite ou à gauche juste après l'envoi.3. Tente de toucher la balle qui revient avec la main, mais il n'a pas le droit de bouger les pieds. <p>Y :</p> <p>Renvoie la balle sur la 1/2 table de X de façon à ce que celui-ci ne puisse la toucher.</p>
Consignes	Pour Y, bien regarder le déplacement de X après son envoi à la main, de façon à placer son renvoi à l'opposé.
Critères de réussite	6 balles sur 10 ne sont pas touchées par X.
Variantes	<ul style="list-style-type: none">- Modifier les zones d'envoi et l'emplacement du saut du lanceur (il se met où il veut).- Effectuer la situation en jeu continu (faire la statue après le 3^e renvoi...)

G5

Thème : Gagner le point

Placer la balle sur l'adversaire.

Technique associée : Placement de la balle


Besoins matériels	1 panier de 10 balles 1 table 1 raquette
Situation	 <p>Z se déplace latéralement et dos à la table entre deux plots distants de 1.50m. X envoie la balle à la main dans la zone d'envoi. Les balles sont envoyées à intervalles réguliers (environ 1 par seconde). Y renvoie la balle sur la table adverse en essayant d'atteindre le joueur Z.</p>
Consignes	Bien observer le déplacement du joueur Z afin de pouvoir l'atteindre.
Critères de réussite	5 balles envoyées sur la ½ table adverse et atteignant le joueur en mouvement (sur 10 essais).
Variantes	<ul style="list-style-type: none">- Modifier la zone d'envoi.- Modifier les contraintes de déplacement de Z.- Effectuer la situation en jeu continu (ex : atteindre le joueur à la 3^e balle...)- Effectuer la situation en coup droit et en revers, alterner...

G6

Thème : Gagner le point

Donner de la rotation arrière à la balle.

Technique associée : Découverte des effets


Besoins matériels	1 panier de 10 balles pour 2 1 table pour 2 1 raquette par élève (raquette qui accroche !)
Situation	 <p>X doit renvoyer toutes les balles sur la table. Y doit trouver un moyen pour que les balles renvoyées par X aillent dans le filet.</p>
Consignes	Laisser, dans un premier temps, l'élève Y chercher seul des solutions. Puis l'aider dans un deuxième temps (lui expliquer l'effet coupé).
Critères de réussite	X doit mettre au moins 3 balles sur 10 au filet. Chaque élève « Y » propose une solution à la fin de la situation.
Variantes	<ul style="list-style-type: none">- Utiliser uniquement le service.- Utiliser des balles multicolores.- Travailler les rotations au mur ou au sol (la balle revient vers soi lorsqu'elle est envoyée au sol et qu'elle est coupée. La balle s'éloigne de soi lorsqu'elle est envoyée contre le sol et qu'elle est liftée)...

G7

Thème : Gagner le point

Varié simultanément le rythme et la direction pour marquer le point.

Technique associée : Placement de la balle


Besoins matériels	1 balle par table 1 table pour 2 1 raquette par élève
Situation	 <p>X et Y échangent la balle dans la ligne droite. Entre la 2^e et la 6^e balle, Y change de direction et de rythme. Y doit atteindre la zone B et frapper suffisamment fort pour que la balle rebondisse derrière la ligne de sol.</p>
Consignes	Choisir une balle favorable pour changer le rythme. Accélérer le geste au moment de l'impact balle-raquette pour donner de la vitesse à la balle.
Critères de réussite	6 essais réussis sur 10 (la balle rebondit derrière la ligne tracée sur le sol).
Variantes	<ul style="list-style-type: none">- Faire la situation en commençant dans la latérale revers ou en diagonale revers (accélérer sur le coup droit)...

O1

Thème : Organiser

Changer la direction de la balle pour marquer le point.

Technique associée : Placement de la balle


Besoins matériels	1 balle par table 1 table pour 2 2 raquettes pour 3 élèves
Situation	 <p>X et Y effectuent un match à thème, Z arbitre. X et Y jouent en coup droit sur coup droit dans la diagonale coup droit. Entre la 2e et la 5e balle, X joue dans le revers de Y. S'il gagne le point directement grâce à ce changement de direction, il marque deux points. Sinon Y marque 1 point. Les balles perdues avant le changement de direction ne comptent pas. Le premier élève à 10 a gagné. Changer alors le rôle des élèves (X devient Y, Y devient Z, et Z devient X).</p>
Consignes	Essayer de surprendre son adversaire lors du changement de direction (bien placer la balle, éventuellement l'accélérer...)
Critères de réussite	Gagner le match.
Variantes	<ul style="list-style-type: none">- Idem en revers ou en liaison coup droit/revers avec une balle doublée sur le coup droit ou sur le revers.- Ajouter le changement de rythme au changement de direction...

02

Thème : Organiser

Changer de rythme pour marquer le point.

Technique associée : Coup droit et revers


Besoins matériels	1 balle par table 1 table pour 2 2 raquettes pour 3 élèves
Situation	 <p>X et Y effectuent un match à thème de 5 minutes, Z arbitre. Seul X peut marquer des points. X et Y jouent en coup droit sur coup droit dans la diagonale coup droit. X doit gagner le point en variant la force de la balle (ne peut varier le placement de balle). Si Y ne renvoie pas la balle dans le coup droit de X, X marque 1 point. Changer les rôles au bout de 5 minutes (X devient Y, Y devient Z, et Z devient X) L'élève ayant marqué le plus de points est vainqueur.</p>
Consignes	Varié la force communiquée à la balle en accélérant le geste au moment de l'impact balle-raquette et en interceptant la balle plus ou moins tôt après son rebond sur la demi-table.
Critères de réussite	Marquer des points en variant la force des balles
Variantes	- Idem en revers sur revers. - Ajouter au changement de rythme le changement de direction...

03

Thème : Organiser

Varié le placement de la balle en profondeur.

Technique associée : Placement de la balle


Besoins matériels	1 balle par table 1 table pour 2 1 raquette par élève
Situation	 <p>X et Y font un match en deux sets de 11 points. Lorsqu'un élève place la balle sur le carton, il perd le point. La largeur du carton est de 30 cm.</p>
Consignes	Doser l'énergie du geste pour éviter le carton. Alterner des renvois courts et des renvois longs pour obliger son adversaire à se déplacer.
Critères de réussite	Gagner des points en évitant le carton.
Variantes	<ul style="list-style-type: none">- Augmenter ou diminuer la largeur des cartons.- Modifier l'emplacement des cartons.- Effectuer la situation en coup droit, en revers.

O4

Thème : Organiser

Placer la balle en fonction du placement de ses adversaires.

Technique associée : Placement de la balle


Besoins matériels	1 balle par table 1 table pour 4 1 raquette par élève
Situation	 <p>Le double : service dans la diagonale coup droit. La même équipe sert pendant un set. Chaque joueur de cette équipe sert deux fois consécutivement. Les joueurs de l'autre équipe changent de relanceur à chaque service adverse. On compte les points normalement. Au second set, c'est l'autre équipe qui sert. Deux sets de 11 points.</p>
Consignes	Placer les balles de façon à ce que les deux joueurs adverses se gênent => placer la balle sur le joueur de la paire adverse qui vient de l'envoyer.
Critères de réussite	Marquer des points en faisant en sorte que les deux adversaires se gênent.
Variantes	<ul style="list-style-type: none">- Utiliser uniquement le coup droit, le revers.- Jouer sur une demi-table seulement (sens longueur et sens largeur)...

05

Thème : Organiser

Varié la direction des balles : jouer sur l'adversaire pour marquer le point.

Technique associée : Placement de la balle


Besoins matériels	1 balle par table 1 table pour 2 2 raquettes pour 3 élèves
Situation	 <p>X joue en coup droit et place les balles 1 fois à droite, 1 fois à gauche. Y joue une fois en coup droit, une fois en revers... en renvoyant toujours dans le coup droit de X. Entre la 3e et la 6e balle (3, 4, 5 ou 6) : X doit viser le corps de Y. X marque 3 points s'il gagne le point lorsqu'il joue sur Y. Il marque 1 point s'il gagne la balle suivante.</p>
Consignes	Etre précis dans le placement de balle (jouer long et vers la hanche droite de Y) de façon à gêner Y (Y ne sait pas s'il doit prendre la balle en coup droit ou en revers).
Critères de réussite	Marquer 12 points en 10 essais (1 essai = 1 balle dirigée sur le corps).
Variantes	<ul style="list-style-type: none">- Placer les balles avec le revers.- Les deux élèves font la situation en même temps.- Combiner changement de rythme et placement de balle sur le joueur...

O6

Thème : Organiser

Donner de la rotation dans son service.

Technique associée : Découverte des effets

Besoins matériels	1 balle par table 1 table pour 2 1 raquette par élève (raquette qui accroche !)
Situation	 <p>X et Y effectuent un match de 2 sets de 11 pts. Le même serveur pendant tout un set. 3 points pour un service gagnant.</p>
Consignes	Essayer de mettre de l'effet (coupé, lifté) au service pour marquer directement. Frotter la balle tout en accélérant au moment du contact balle-raquette pour faire tourner la balle.
Critères de réussite	3 services gagnants par set.
Variantes	<ul style="list-style-type: none">- Servir en coup droit, en revers.- Aménager la situation sous forme de montante descendante.- Imposer un placement sur 1/2 table...

07

Thème : Organiser

Variation du placement et de l'effet du service.

Technique associée : Service


Besoins matériels	1 balle par table 1 table pour 2 2 raquettes pour 3 élèves (raquettes qui accroche !)
Situation	 <p>X et Y effectuent un match de deux sets de 11 points. Z arbitre. Serveur identique pendant tout un set avec interdiction de faire deux fois de suite le même service. Varier l'effet et le placement du service à chaque fois. Le serveur perd le point s'il effectue deux services consécutifs au même endroit.</p>
Consignes	Varier les services pour gagner le point. Placer les services en fonction du placement de l'adversaire. Réaliser préférentiellement des services coupés ou liftés en fonction des faiblesses de son adversaire.
Critères de réussite	Gagner le set lorsque l'on est serveur.
Variantes	<ul style="list-style-type: none">- Imposer une seule contrainte au service. Ex : changer de face de raquette à chaque service.- Servir uniquement en revers, en coup droit.- Imposer un placement de balle pour le serveur.- Deux services chacun en alternance.

JT1

Thème : Jeux à thèmes

Le match à thème.

Technique associée : Mise en valeur d'un coup ou d'un thème particulier au travers d'un match (2 ou 3 points si ce coup permet le gain de l'échange).

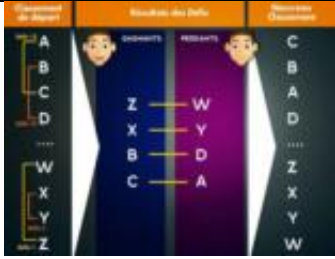
Besoins matériels	
Situation	 <p>Les élèves font une partie. Lorsqu'un élève gagne le point au retour de service, il marque 2 points. Les autres balles permettent de marquer un point.</p>
Consignes	
Critères de réussite	
Variantes	<ul style="list-style-type: none">- Privilégier une autre balle que celle de retour de service.- Gagner 3 points au lieu de 2.- Privilégier un coup particulier (revers ; smash...) ou un placement de balle...

JT2

Thème : Jeux à thèmes

Le défi.

Technique associée : Système de tournoi qui permet aux plus faibles de défier ceux qui à priori sont meilleurs qu'eux.

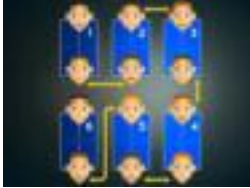
Besoins matériels	
Situation	 <p>Les 24 élèves d'une classe sont classés de 1 à 24 (suite à une table montante). Les élèves ne peuvent défier que les élèves placés au plus à trois places devant eux. Le 24e fait son choix, il ne peut défier que le 23e, Le 22e ou le 21e. Lorsqu'il a fait son choix, l'élève situé immédiatement au-dessus qui n'a pas encore été défié, choisit à son tour un camarade à défier. Chaque binôme ainsi constitué fait un match et le gagnant prend le numéro du meilleur des 2 joueurs (ex : 24 défie 22. 24 gagne, il prend la place du 22 et le 22 prend la place du 24).</p>
Consignes	
Critères de réussite	
Variantes	<ul style="list-style-type: none">- Modifier le nombre de places qu'il est possible de défier (2, 3, 4, 5... places au-dessus).- Insérer un thème particulier dans ce système de défi.- Les meilleurs mettent leur numéro en jeu face au candidat de leur choix...

JT3

Thème : Jeux à thèmes

Les tables montantes.

Technique associée : Système de compétition qui permet d'obtenir rapidement le classement des élèves.

Besoins matériels	
Situation	 <p>Les tables sont numérotées de 1 à X. Chaque binôme présent à une table doit faire une partie. Les parties débutent au "top" départ donné par l'enseignant et se terminent au second "top" donné par l'enseignant. Les élèves servent chacun à leur tour. Les tables où il y a égalité mettent un dernier point en jeu pour départager les deux joueurs. Les vainqueurs se placent aux tables ayant le numéro immédiatement inférieur à la leur. Les perdants se placent aux tables dont le numéro est immédiatement supérieur. Le vainqueur de la première table reste à la première, le perdant de la dernière table reste à la dernière.</p>
Consignes	
Critères de réussite	
Variantes	<ul style="list-style-type: none">- La première des parties en cours dont le score atteint 11 points stoppe toutes les autres tables.- Réduire ou augmenter le temps des parties.- Mettre un thème particulier pour modifier le système de comptage de points...- Les tournois :<ul style="list-style-type: none">* Individuel<ul style="list-style-type: none">Par poules de 4, 5, 6, 7, ou 8 joueursPar tableaux de 8, 16, 32 ou 64 joueurs.* Par équipes :<ul style="list-style-type: none">de 2, 3, 4, ou 6 joueurs.