Prolonger le rallye avec variations

Tennis de table • Lycée Terminale • CA4

Objectif

Maintenir l'échange avec variations de placement

But

10 échanges continus avec changements de zones

Thème

Construire un projet de jeu stable et efficace face à différents profils d'adversaire

Organisation et rôles

Joueur actif et relanceur, inversion après chaque série — 2 élèves, dont 2 en action et 0 observateurs.

Sécurité

Respect des distances, balle ramassée immédiatement, pas de course dans la salle

Consigne

En binôme, jouer en alternant placement côté coup droit et revers. Un point marqué si l'échange dépasse 10 coups.

Critères de réalisation

- Alterner les zones
- Rester équilibré
- Garder la balle dans le jeu

Critère de réussite

10 échanges réussis avec variations

Matériel

2 raquettes, 1 table, 10 balles

Variables de différenciation

- Augmenter à 15 échanges
- Jouer uniquement en revers
- Zones plus étroites