Cible alternée gauche-droite

Tennis de table • Collège 6e/5e • CA4

Objectif

Alterner les placements gauche-droite

But

10 balles envoyées dans zones opposées

Thème

Placer la balle loin de l'adversaire pour gagner le point

Organisation et rôles

Trio : frappeur, relanceur, observateur ; rotation toutes les 2 minutes — 3 élèves, dont 2 en action et 1 observateurs.

Sécurité

Respecter l'espace autour de la table

Consigne

Deux zones marquées à gauche et à droite. Le joueur doit viser alternativement chaque côté. +1 par cible atteinte.

Critères de réalisation

- Alterner la direction
- Fléchir les jambes avant le coup
- Regarder la cible avant la frappe

Critère de réussite

≥ 10 réussites sur 12

Matériel

Table, balles, zones tracées

Variables de différenciation

- Nombre frappes 10–15
- Durée 2–3 min
- Zone 30–50 cm