# GENERATION 2024

## LE TENNIS DE TABLE A L'ECOLE

## Proposition de séances pour le Cycle 3 (CM1-CM2-6ème)

| 50' | " approfondissement de l'activité" - "envoi et renvoi de la balle" - "coopérer et respecter des règles" | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | Séance 1 | Séance 2 | Séance 3 | Séance 4 | Séance 5 | Séance 6 | Séance 7 |
| 5' | accueil - appel - consignes | accueil - appel - consignes | accueil - appel - consignes | accueil - appel - consignes | accueil - appel - consignes | accueil- appel - consignes | accueil- appel- consignes |
| 9' | HABILETE : L'équilibriste faire tenir balle sur raquette (parcours) | HABILETE : Le jongleur jonglages CD - jonglages RV | HABILETE : Le jongleur jonglages alternés CD/RV | HABILETE : relais jonglages avec divers jonglages | HABILETE : jonglages en miroir 2 jonglages puis envoi dosé vers partenaire | HABILETE : La balle collante amortir une balle lancée en hauteur | DUEL : Méga Tournante |
| 9' | ENVOI-RENVOI : Matchs Tennis échanges hors table (type tennis) | ENVOI-RENVOI : Tir de précision viser 1 cible après 1 rebond sur table | ENVOI-RENVOI : Services aménagés servir à la main / renvoyer | ENVOI-RENVOI : servir/remettre vers cible | ENVOI-RENVOI : Tireur d'élite placement du service et de la remise | ENVOI-RENVOI : La liaison échanges alternés CD/RV | Tournoi CARTAPING |
| 9' | DUEL : Le chasseur (avec raquette/ balle mousse) | DUEL : matchs balles roulées sets 11 pts en balles roulées sur ½ table | DUEL : matchs aménagés (possibilité d'engager sans service) | DUEL : matchs relais | DUEL : montées-descentes | DUEL : table du champion | |
| 15' | EDUC'PING (jeux math) | EDUC'PING (Géographie) | EDUC'PING (lecture/compréhension) | CARTAPING | CARTAPING | CARTAPING | |
| 3' | Retour au calme | Retour au calme | Retour au calme | Retour au calme | Retour au calme | Retour au calme | Retour au calme |