

But :

Se déplacer correctement pour jouer à temps les balles envoyées par l'animateur. Renvoyer la balle sur la table en coup droit ou en revers.

Consignes :

Un joueur, ou généralement l'animateur adulte, reste fixe et renvoie des balles "faciles" aux enfants. Chaque enfant renvoie 1 fois la balle, contourne des obstacles puis attend son tour dans la file d'attente. A chaque renvoi réussi, le joueur gagne 1 point. Quand un joueur atteint 6 points, on entame une nouvelle partie.

**Variantes :**

POUR
SIMPLIFIER

- Faire rouler la balle sur la table (sans filet), réduire ou enlever les obstacles du parcours.



POUR
COMPLEXIFIER

- Allonger le parcours, se déplacer en pas chassés plutôt qu'en course et/ou faire jouer 1 coup droit puis 1 revers avant de repartir sur le parcours.
- L'un des joueurs prend le rôle d'animateur à tour de rôle.

Matériel :

- 1 table + matériel pour faire un parcours (plots, ...)
- 1 raquette
- par enfant
- balles de ping (minimum 5-6)

**Critères de réussite :**

Compter le nombre de parties de 6 points réussies. Défi par équipe : compter la meilleure série de points cumulés sans perdre la balle.

Le manège

RENCONTRE "USEP PING"

But :

Se déplacer correctement pour jouer à temps les balles envoyées par l'animateur. Renvoyer la balle sur la table en coup droit ou en revers.

Consignes :

Un joueur, ou généralement l'animateur adulte, reste fixe et renvoie des balles "faciles" aux enfants. Chaque enfant renvoie 1 fois la balle, contourne des obstacles puis attend son tour dans la file d'attente. A chaque renvoi réussi, le joueur gagne 1 point. Quand un joueur atteint 6 points, on entame une nouvelle partie.



Variantes :

POUR
SIMPLIFIER

- Faire rouler la balle sur la table (sans filet), réduire ou enlever les obstacles du parcours.

POUR
COMPLÉXIFIER

- Allonger le parcours, se déplacer en pas chassés plutôt qu'en course et/ou faire jouer 1 coup droit puis 1 revers avant de repartir sur le parcours.
- L'un des joueurs prend le rôle d'animateur à tour de rôle.

Matériel :

- 1 table + matériel pour faire un parcours (plots, ...)
- 1 raquette
- par enfant
- balles de ping (minimum 5-6)



Critères de réussite :

Compter le nombre de parties de 6 points réussies. Défi par équipe : compter la meilleure série de points cumulés sans perdre la balle.

Le déménageur

RENCONTRE "USEP PING"

But :

Améliorer sa vitesse de déplacement latéral et le changement de direction, en restant équilibré.

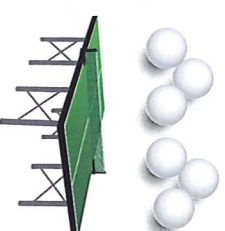
Consignes :

2 enfants sont de part et d'autre de la table, et font une course-navette A/R, en pas chassés. Ils récupèrent une balle à la fois dans une bassine et la dépose dans l'autre, placée à chaque côté de la table. Le gagnant est celui qui a transféré toutes ses balles avant l'autre.



Matériel :

- 1 table pour maximum 6 enfants (ou autre support des bassines)
- balles de ping (environ 6 par joueur)
- 2 bassines par joueur



Variantes :



POUR
SIMPLIFIER

Réduire le nombre de balles à transférer et/ou la distance à parcourir.



POUR
COMPLEXIFIER

Faire varier le type de déplacement (course, cloche-pied,...), intégrer des obstacles à contourner, faire un relais par équipe de 3 ou 4 (le suivant vidant la bassine de son prédécesseur).

Critères de réussite :

Vider la bassine en restant équilibré lors des déplacements et des changements de direction rapides.

Bien coordonner vitesse (jambes) et précision (main/bras).

La table du champion

RENCONTRE "USEP PING"

But :

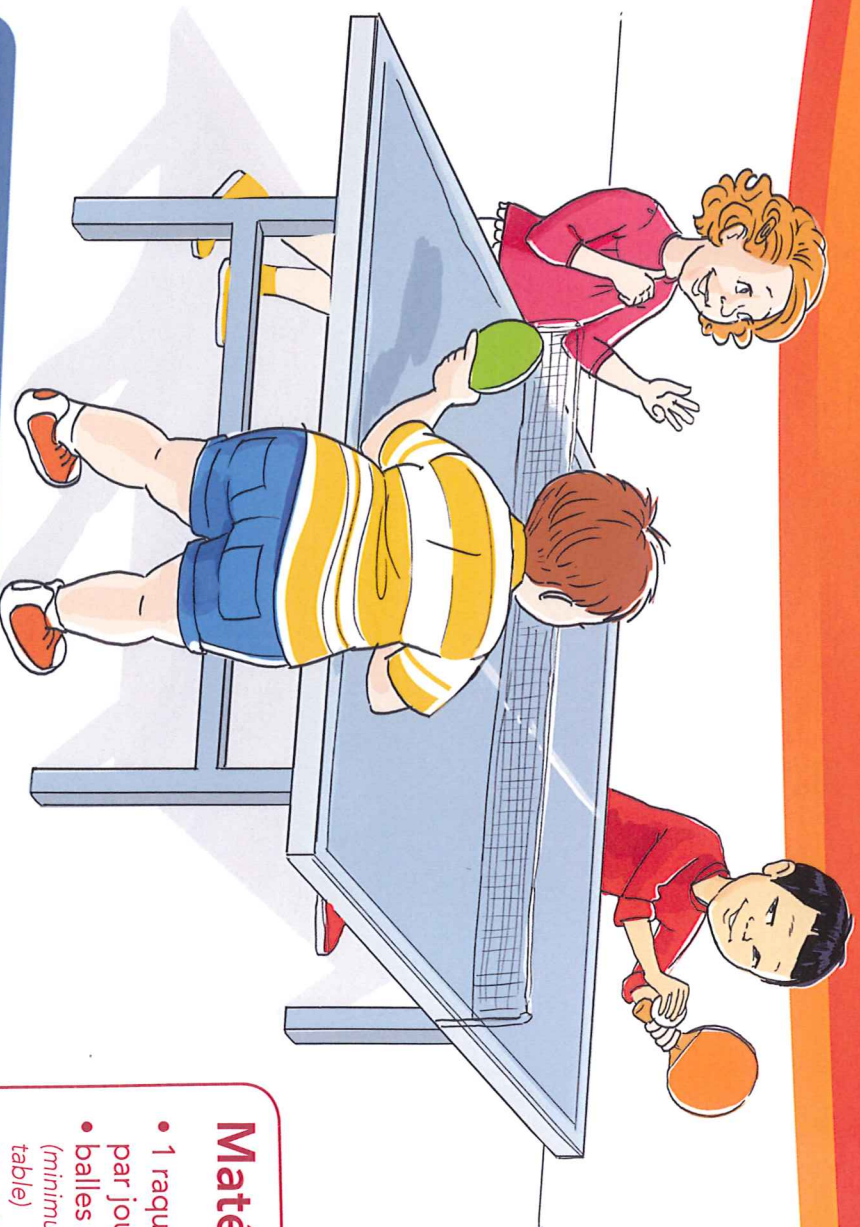
Rester à la table en gagnant des matchs. Développer son sens tactique. Utiliser ses acquis techniques pour gagner des échanges puis des matchs. Apprendre à arbitrer et à compter les points.

Consignes :

Après exécution du service (adapté ou non), les enfants font des échanges, dans l'optique de gagner le point. A l'issue de chaque set en 3 points gagnants (changement de serveur tous les 2 points), le vainqueur reste à sa table et défie un autre joueur. Les autres joueurs arbitrent et comptent les points.

Critères de réussite :

Nombre de matchs gagnés. Respect des règles du jeu, de service et de comptage.



Variantes :

POUR SIMPLIFIER

- Accepter les services à la main ou avec la raquette mais sans que la balle ne soit lancée.
- Jouer sous le filet en balles roulées.

POUR COMPLEXIFIER

- Faire alterner un service coup droit et un service revers, et/ou ajouter un bonus de 1 point pour tout service gagnant (si set en 5 points gagnants).

Matériel :

- 1 raquette par joueur
- balles de ping (minimum 2-3 par table)

- 1 table pour 4 enfants maximum

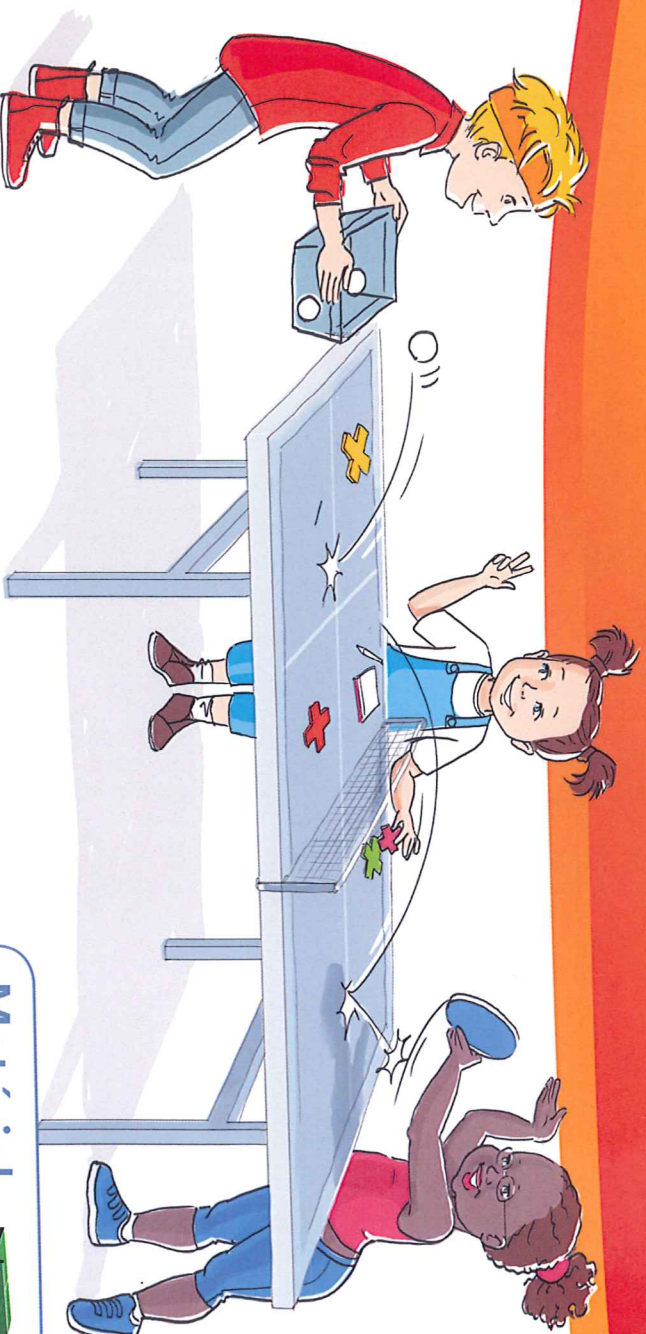


Le tireur d'élite

RENCONTRE "USEP PING"

But :

Savoir taper dans la balle en contrôlant sa direction et en dosant le contact balle/raquette afin de viser des cibles. Savoir se mettre sur la trajectoire de la balle envoyée pour la rattraper.



Consignes :

Face à la table, un des enfants fait rebondir la balle 1 fois sur sa table et l'envoie en coup droit ou revers vers l'autre camp, en visant la zone n°1 puis la n°2 lorsque la 1^{ère} est atteinte, jusqu'à la n°4. Un autre enfant récupère dans une bassine les balles envoyées. Un 3^{ème} mène le jeu et comptabilise les essais réussis.

Critères de réussite :

Comptage du nombre d'enfants ayant réussi à atteindre la case n°4 après 8 essais et du nombre de balles rattrapées dans la bassine par l'autre enfant.

Variantes :

POUR SIMPLIFIER

- Utiliser des balles plus grosses et/ou envoyer la balle à la main (sous l'épaule).

POUR COMPLEXIFIER

- Passer à 6 zones numérotées et/ou renvoyer la balle après qu'elle lui ait été lancée à la main par l'enfant situé dans l'autre camp.

Matériel :

- 1 à 3 tables (maximum 6 enfants par table)
- balles de ping ou en mousse (minimum 6 par table)
- 1 raquette par table
- 1 bassine par table
- cordes ou bandes caoutchouc ou lattes (séparation horizontale) qui délimitent 4 zones numérotées.



But :

Maîtriser le contrôle balle/raquette. Doser finement sa frappe afin de faire rouler la balle dans le trou.

Consignes :

Situé à environ 30-40 cm d'une coupelle posée sur la table, chaque enfant essaie à tour de rôle d'envoyer la balle avec sa raquette dans le centre de la coupelle, tel un "put" au golf. Possibilité de jouer en coup droit ou en revers. Chaque essai réussi vaut 1 point. Le but est de marquer 3 points avant les autres enfants.

Critères de réussite :

Réussir au moins 2 fois à envoyer la balle dans le centre de la coupelle. Défi : 2 équipes de 2-3 enfants en parallèle, visant chacune leur coupelle. La 1^{ère} équipe qui marque 3 points a gagné.

**Matériel :**

- 1 demi-table pour 3-4 enfants (ou environ 2 m² au sol)
- 1 raquette par joueur
- balles de ping (environ 1 pour 2-3 enfants)
- 1 coupelle (avec trou central) par 1/2 table ou pour 3-4 joueurs

**Variantes :**

**POUR
SIMPLIFIER**

Utiliser une cible trouée avec des rebords peu surélevés (coupelle coupée en 2), jouer à même le sol (à genoux) et/ou taper la balle avec la main.



**POUR
COMPLEXIFIER**

Augmenter la distance entre la balle et la coupelle, alterner les essais en coup droit et en revers.