

Compétence propre à l'E.P.S.
Conduire et maîtriser un affrontement individuel ou collectif

Groupe d'activités
Activités d'opposition duelle : sports de raquette

Compétence attendue de niveau 1

- En simple, rechercher le gain loyal d'une rencontre en assurant la continuité de l'échange, en coup droit ou en revers et en profitant d'une situation favorable pour le rompre par une balle placée latéralement ou accélérée.

- Assurer le comptage des points et remplir une feuille d'observation.

Connaissances « Ce que je dois connaître pour réussir »

En tant que pratiquant :

- Le vocabulaire spécifique : coup droit, revers, service, smash, relanceur, serveur, trajectoire.
- Le règlement en simple : service, filet, règle des rebonds, contact sur la table avec la main libre, la reprise de volée,...
- Les principes d'efficacité :
 - la prise de raquette
 - l'inclinaison et l'orientation de la raquette
 - le moment du contact sur la trajectoire de la balle
 - le placement par rapport à la balle (en coup droit / en revers)
 - la rotation des épaules en coup droit
 - l'importance du placement de jambe
- Les règles de sécurité notamment lors de l'installation et du rangement des tables.

Liées aux autres rôles :

L'arbitre :

- Le système de comptage des points.
- Les changements de service.
- Les principales fautes.

L'observateur :

- Les critères d'observation de partenaires (balles placées, balles accélérées, jeu en coup droit, jeu en revers).

Capacités « Pour réussir, je dois être capable de... »

En tant que pratiquant :

- Servir de façon réglementaire (lancer la balle, contact balle-raquette en arrière de la table, premier rebond sur sa demi-table).
- Frapper la balle avec les 2 faces de sa raquette (coup droit et revers)
- Orienter les surfaces de frappe pour varier les placements de balles et produire des trajectoires tendues.
- Accélérer une frappe sur une balle favorable.
- Prendre la balle au sommet de la trajectoire pour la frapper en adaptant l'inclinaison de la raquette et l'orientation du geste.
- Adopter une posture dynamique pour réagir rapidement et se mettre à distance de frappe.
- Doser l'énergie lors du contact balle/raquette et passer de l'action « pousser » à l'action « frapper ».

Liées aux autres rôles :

L'arbitre :

- Compter les points et annoncer le score du serveur en premier.

L'observateur :

- Remplir une fiche de score.



Attitudes « Comment me comporter pour réussir »

En tant que pratiquant :

- Chercher à gagner tout en respectant les règles, l'arbitre, l'adversaire et l'observateur.
- Rester concentré pour éviter de « donner » des points.
- Accepter de jouer avec des adversaires différents
- Respecter le matériel, participer à l'installation et au rangement.
- Ne pas se décourager même lorsque le score est défavorable.
- Prendre en compte les informations données par l'observateur.

Liées aux autres rôles :

L'arbitre :

- Etre impartial.
- Adopter une attitude sereine mais ferme.
- Etre attentif et concentré tout au long de la rencontre.

L'observateur :

- Se montrer responsable dans le but d'aider son camarade.
- Etre attentif et concentré.

Contribution aux acquisitions du socle :

Compétence 1 : S'exprimer à l'oral en maîtrisant un vocabulaire précis et spécifique dans les échanges liés à l'arbitrage, l'observation et les intentions de jeu.

Compétence 3 : Exploiter des données chiffrées liées au score et à l'observation. Prendre en compte les notions de parallèle, diagonale, trajectoire, vitesse.

Compétence 6 : Assumer avec responsabilité les rôles sociaux confiés pour permettre à ses camarades de progresser et de jouer dans des conditions équitables. Respecter les règles, les autres et l'environnement.

Compétence 7 : Prendre des initiatives, rechercher et expérimenter des stratégies (liées aux zones) adaptées à ses ressources. Fonctionner en petits groupes autonomes.