

# Faire progresser des élèves débutants

Enseignant d'EPS au collège Alexandre Dumas à Marseille, **Cédric Rouxel** a construit une démarche<sup>1</sup> pour permettre à ses élèves en très grande difficulté d'entrer pas à pas dans cette activité exigeante techniquement. Avec des situations au départ très facilitantes, sans opposition et même sans raquette pour favoriser la réussite, les élèves se transforment et construisent les moyens de se confronter en situation d'opposition. La voie leur est ouverte pour entrer dans le monde des pongistes !

## CP: Peux-tu nous caractériser tes élèves et les perspectives que tu leur proposes ?

L'hétérogénéité de mes élèves (inclusion des élèves de SEGPA ou ULIS) est exacerbée dans des activités de motricité fine comme le tennis de table. Ces élèves perdent vite confiance, s'agacent surtout dans le mode opposition qu'est le match parce qu'en échec: la balle passe le filet une ou deux fois ! Les élèves sont concentré-es, regardent la balle, mais pas le geste de leur adversaire pour anticiper la trajectoire de la balle reçue (vitesse, direction, profondeur, hauteur).

Ils et elles essaient de mettre l'axe médian de leur corps sur la trajectoire de la balle, mais collé-es à la table, il y a peu de déplacements.

Le contrôle de balle se fait par le haut du corps (bras) de manière explosive. Les prises (prise fléchette, trois doigts, poêle à frire, pouce revers) accentuent cette difficulté.

Lors d'un temps de réflexion en classe entière, à partir de leurs difficultés et pour les surmonter, j'essaie d'amener les élèves à identifier, avec leurs mots, une feuille de route de 7 savoirs :

- Connaître un règlement adapté et simple.
- Distinguer coopération et opposition.
- Anticiper une trajectoire de balle, en lisant l'attitude de l'adversaire à travers l'intensité de son geste et ou l'orientation de son corps.
- Se déplacer en profondeur (court/long) et ou en direction (droite/gauche) et avoir une mise à niveau de la raquette correcte.
- Mettre en coïncidence, dans un coup préférentiel, une tête de raquette tenue par une prise revolver légèrement ouverte avec un verrouillage de la chaîne articulaire poignet, coude, épaule, avec une balle reçue.

- Produire une trajectoire de balle arrondie, neutre et sans effet initiée par un transfert d'appuis d'arrière en avant.
- Se replacer en se décollant de la table.

## CP: Quelle nouvelle situation de jeu proposes-tu ?

Mon objectif consiste dans un premier temps à proposer des conditions d'échanges très facilitantes pour que ces élèves réussissent.

Je forme des groupes affinitaires de six élèves dans lesquels les duos vont s'affronter chacun aux deux autres duos.

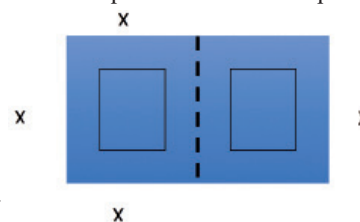
But du jeu : réaliser le plus grand nombre d'échanges possible sans faire de faute (cf tableau).

Les arbitres comptent le nombre d'échanges, les secrétaires notent les résultats. Chaque duo peut se comparer facilement. Je dessine un rectangle au centre de chaque demi-table dans lequel la balle doit rebondir pour réduire l'espace de jeu afin de limiter les incertitudes et les déplacements de chaque partenaire.

Engagement à une main.

Cette situation de base se décline en trois modalités différentes d'échanges :

- Main/main : le ou la partenaire rattrape la balle à une main.
- Main/raquette.
- Raquette/raquette. L'engagement se fait toujours à la main.



Actions	Ce qu'il y a à faire	Faute	Faute
Engager	Lancer avec 1 rebond sur sa table et 1 rebond sur table adverse	Si filet	Si 2 <sup>ème</sup> rebond par terre
Réceptionner	Laisser 1 rebond sur sa table	Si 2 rebonds sur sa table	Si 0 rebond = volée Si 3 <sup>ème</sup> rebond par terre
Renvoyer	Frapper la balle pour faire 1 rebond sur table adverse	Si filet	Si rebond par terre

Règlement simplifié pour les élèves de niveau grand débutant

## CP: Qu'est-ce que ce main/main permet aux élèves d'apprendre ?

Les deux principaux problèmes que devront résoudre les élèves sont celui de l'intensité et celui de la prise d'information.

- Intensité: passer d'un contrôle du haut du corps à un contrôle par transfert d'appuis.

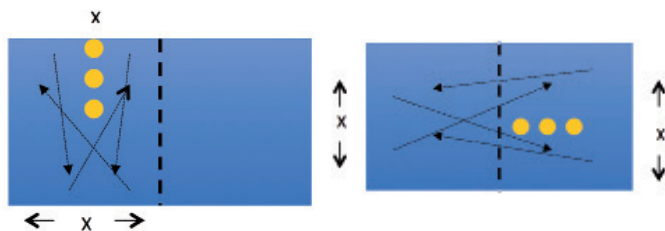
Pour mettre en valeur l'intensité du geste, je demande momentanément aux élèves de faire une faute : mettre la balle dans le filet ou pas de rebond sur la demi table adverse. Les élèves réussissent beaucoup plus facilement la deuxième commande. En reproduisant de manière exagérée leur façon de lancer avec l'avant-bras (qui pourrait lancer une pierre) et en le comparant à un souffle d'air qui fait bouger une balle de deux grammes, je souligne, avec eux, le problème qu'engendre la création d'énergie par le haut du corps. Je les invite alors à jouer en travers d'une demi-table car l'espace réduit les contraint à mieux contrôler la balle par les jambes. En revenant sur la grande table, les élèves devront apprendre à maintenir cette acquisition tout aussi bien en engageant court ou long. Pour davantage d'adaptation, en restant sur le même espace, on varie les intensités de lancer de la balle.

#### *La prise d'informations : regarder le geste du ou de la partenaire*

En alternant dans un premier temps les espaces de jeu sur demi-table et table entière, je focalise les élèves sur l'attitude du lanceur : sur la demi-table, son geste est petit, « freiné » alors que sur la grande table, le geste est plus ample et plus avers l'avant. Ce qui permet d'intégrer des nuances. Sur la grande table, je donne trois consignes :

- Le lanceur ou la lanceuse vise derrière le filet, ce qui contraint son ou sa partenaire à se pencher en avant, voire avancer, pour aller chercher la balle au dessus de la table.
- Le lanceur ou la lanceuse vise le fond de la table adverse, et son ou sa partenaire positionné-e derrière une ligne située à 1,5 derrière la table doit prendre le temps que la balle redescende.
- Alternance : Le lanceur vise alternativement derrière le filet et fond de table adverse, le ou la partenaire doit pour s'organiser regarder le geste de son partenaire et trouver le bon déplacement.

#### *Le déplacement : passer d'un désaxé à un déplacement en pas chassé*



Les élèves enchaînent les échanges sous la forme « d'un faux 8 » ou « demi-huit » pour les contraindre à se déplacer. Le lanceur alterne les engagements à droite et à gauche. Le receveur renvoie au centre toujours dans l'optique de ne pas rompre l'échange. Cette situation est réalisée, dans

un premier temps sur la demi-table, puis sur la grande table. Si sur l'espace réduit, il peuvent se désaxer, sur la grande les pas sautés deviennent obligatoires.

Toutes ces situations, préparatoires, montrent aux élèves qu'apprendre pour soi nécessite la coopération de l'autre. Ainsi quand les élèves recevant la balle devront être capables de reprendre de volée ou à l'inverse de laisser un troisième rebond par terre ce sera aussi grâce à la qualité du travail de leur partenaire.

À la main la confiance est revenue, les élèves se détachent de la table à l'image du non nageur qui lâche le bord.

De plus ils et elles se transforment en maîtres à lancer pouvant répondre à n'importe quelle commande de distribution de balle de ma part.

La coopération a permis de multiplier les échanges de balles, les répétitions. L'accumulation de prises de repères, gages d'une automatisation des transformations techniques, se fait petit à petit.

#### **CP: Les deux modalités suivantes s'enchaînent-elles avec les mêmes situations ?**

Globalement, oui : pour piloter la balle avec la raquette et non plus à la main, les élèves travaillent exactement les mêmes situations que lors de la première étape afin de continuer à maîtriser l'intensité de la frappe par le biais des jambes et aussi de bien prendre l'information sur le joueur et la balle reçue pour se déplacer. Mais se posent en plus des problèmes nouveaux.

#### *Le choix RV, CD*

Évidemment, le choix du coup se pose dès que l'on joue avec la raquette ! Je n'impose rien. Mais je conseille, très fortement, de commencer en revers, car cela leur permet de se positionner de face avec un alignement balle, raquette, corps. Afin de les convaincre, j'utilise un petit test pour leur montrer qu'ils peuvent avoir des prédispositions<sup>2</sup> d'organisation motrice plus favorable en revers qu'en coup droit. Généralement c'est le cas pour huit enfants sur dix.

#### *La prise révoluer dès l'entrée de la raquette*

Tout d'abord, j'impose la prise révoluer avec une raquette légèrement ouverte et la position d'attente (de trois quarts, bras en avant du corps). Puis j'impose un rituel : avant d'engager la balle à la main, le lanceur ou la lanceuse doit dire : « Prends ta prise ! » et attendre que son ou sa partenaire se place avant d'engager. Lors des premiers essais j'insiste auprès des lanceurs, pour que ce soit la balle qui vienne à la raquette plutôt que l'inverse.

#### *Prise d'informations, déplacements et intensité sont à retravailler dans ces nouveaux contextes*

Ensuite, pour renvoyer la balle avec la raquette et non plus à la main, les élèves travaillent exactement les mêmes situations que lors de la première étape afin de continuer à maîtriser l'intensité de la frappe par le biais des jambes et aussi de bien prendre l'information sur le joueur et la balle reçue pour se déplacer.

#### *Le service, absent dans la modalité raquette/raquette*

Le service reste une technique complexe (auto-lancé main gauche, pour un droitier associé à une frappe avec rotation du haut du corps notamment en coup droit). C'est pourquoi je supprime la raquette et la remplace par l'engagement à la main tout en gardant les principales contraintes

Toutes ces situations préparatoires montrent aux élèves qu'apprendre pour soi, nécessite la coopération de l'autre.

chaque demi-table ou en droite/gauche. Inversement, sur une balle centrée, on demandera de rejouer vers cette cible centrale.

**CP: Les progrès de ces élèves en très grande difficulté au départ leur permettent-ils de jouer en opposition ?**

Non, pour l'instant ce n'est pas le but.

Mais il peut y avoir un début de confrontation entre les joueurs et les joueuses quand les élèves réussissent la première épreuve. Par exemple, je propose une tournante main/main, avec élimination et une finale selon la deuxième voire la troisième modalité d'échange, notamment à l'échauffement. Ou bien lors de l'étape main/raquette : envoyer rapidement 10 balles dans la zone centrale, avec le but de « je te sors au bout de 10 balles » : la fréquence pose des problèmes et conduit à l'erreur.

Une fois « l'épreuve preuve » réussie, je propose aux élèves de se confronter en matchs. Dans un premier temps l'engagement se fait à la main. Mais si le point est gagné quasi systématiquement suite à l'engagement à la main, j'impose le service avec la raquette !

La règle de l'engagement doit préserver l'égalité entre les joueurs.

**CP: Il est donc possible de faire progresser ces élèves en quelques séances !**

Cette coopération dans le travail permet aux deux élèves partenaires de vivre un premier niveau d'expérience dans l'activité tennis de table.

Cette philosophie de l'entraînement est complétée par celle du jeu avec un retour à l'opposition et notamment l'exploitation d'une balle favorable avec le tous et toutes d'attaque en coup droit par exemple.

Je facilite dans un premier temps les conditions de jeu pour favoriser la réussite et engager des apprentissages (demi-table, jeu à la main pour aller vers jeu sur table entière et raquette), je favorise leur coup préférentiel. Le partenariat est donc dans un premier temps valorisé même si cela peut apparaître contradictoire avec le sens de l'activité (coopérer plus que s'opposer). Le but est d'augmenter les records et leur comparaison entre les tables me permet d'introduire une forme d'opposition. Les échanges s'allongent grâce à des transformations et des acquisitions techniques, les élèves éprouvent du plaisir à jouer, à prolonger leurs échanges. Alors, je peux mettre en place des situations d'opposition avec des matchs et un règlement adapté : engagement à la main et renvois avec la raquette.

Force est de constater que ces élèves en grande difficulté ont réussi des exploits, se sont transformé-es, savent désormais frapper et renvoyer la balle. L'accès à cette activité perçue au départ inaccessible est ouvert et l'envie d'y pousser un peu plus loin leur expérience est créée. ♦ **Entretien réalisé par Sylvaine Duboz**

1. [http://www.eps.ac-aix-marseille.fr/webphp2/mediawiki/index.php?title=Tennis-de-table-College-Cycle4-Savoirs-Clés-Cédric\\_ROUXEL](http://www.eps.ac-aix-marseille.fr/webphp2/mediawiki/index.php?title=Tennis-de-table-College-Cycle4-Savoirs-Clés-Cédric_ROUXEL)

2. Voir le test de N. Bourrada : <https://www.france.tv/france-2/les-pouvoirs-extraordinaires-du-corps-humain/86945-test-des-reflexes-et-de-la-nature-motrice-par-nicolas-bourrada.html>

réglementaires avec lesquelles les élèves jouent depuis le début (règlement simplifié). La première balle offerte à son ou sa partenaire sera relativement maîtrisée dans sa hauteur, direction, vitesse et sens effet. Ce jeu ralenti donne du temps pour lire les informations et s'organiser.

#### **La modalité raquette/raquette augmente l'incertitude**

Pour se préparer à cette dernière « épreuve preuve », les élèves doivent revenir sur les problèmes identifiés ci-dessus quitte à travailler, le « faux 8 », dans des situations plus fermées et dans des modalités d'échanges facilitantes.

De plus, pour travailler l'orientation du tamis de la raquette et la trajectoire de la balle, je demande par exemple de réaliser 8 fois sur 10 un renvoi à l'extérieur du rectangle dessiné sur