

LE PING DES 4-7 ANS



Cet espace ou univers est réservé aux enfants de 4 à 7 ans pouvant être accompagnés de leurs parents. Il est composé d'ateliers sur des mini-tables mais aussi hors de la table avec notamment des parcours.
L'enfant peut ainsi découvrir les différents ateliers de l'univers et jouer avec ses parents sur les mini-tables.

Les animateurs (3 au minimum) accompagnent l'enfant (avec un parent pour le faire participer s'il reste présent) autour des ateliers.

L'enfant reste 30 mn dans l'univers (et pour les étapes de type 1, l'enfant repart avec une raquette panda).

LES ATELIERS POTENTIELS DE L'UNIVERS :

Les ateliers vous sont proposés à titre d'exemples. Vous pouvez être imaginatif et en proposer des complémentaires en faisant attention aux contraintes matérielles dont vous disposerez.

Atelier n°1 JONGLAGES

Principe : établir un record de jonglages avec les différents types de balles (du ballon de baudruche à la petite balle en passant par des balles en mousse) sans que celles-ci ne tombent par terre.

Matériel à prévoir : craie ou corde pour délimiter l'espace au sol, raquettes, balles variées.



Atelier n°2 LE GARÇON DE CAFÉ

Principe : parcours d'habileté à construire avec cerceaux, soucoupes à contourner, plots pour passer par-dessus ou par dessous... Réalisation du parcours avec une balle en équilibre sur la raquette (jouer sur la taille de balle pour simplifier ou complexifier), utiliser le ballon de baudruche si nécessaire.

Matériel à prévoir : raquettes, variété de balles, 10 ballons de baudruche, plots, soucoupes, cerceaux, traces de pas (en lien avec le Kit matériel Méthode Française).



Atelier n°3 LE JARDINIER

Principe : viser les zones variées en profondeur (potager, fleurs, arbres) avec la raquette et la balle sur demande de l'animateur. Exercice de dosage qui peut être d'abord réalisé à la main avant d'envoyer avec la raquette (en fonction de l'âge).

Matériel à prévoir : 3 cordes au sol pour délimiter les zones, raquettes, balles variées. Affichage des zones par des panneaux indiquant les légumes ou autres à arroser.



Atelier n°4**LE MARCHÉ**

Principe : réaliser un service avec la main ou la raquette et envoyer la balle rebondir sur les fruits et légumes choisis pour son marché (visuels posés sur la table adverse). Cela peut être un renvoi de balle si l'enfant maîtrise (distribution à la main par un copain, un parent ou un animateur), on peut également mettre une bassine dans les mains d'un partenaire en face pour rattraper les balles envoyées.

Matériel à prévoir : 1 table ou mini-table, raquettes, variété de balles, feuilles A4 plastifiées avec les légumes du marché à viser ou fruits et légumes de dinette récupérés, bassines.

**Atelier n°5****LA CONDUITE DE LA BALLE**

Principe : faire rouler la balle avec la raquette (côté pouce coup droit et côté index revers) vers son partenaire (demi-table, table entière ou sur mini-table) ou seul avec un parcours sur la table. Individuellement, cela peut aussi être un parcours entre 2 cordes à réaliser sans que la balle ne touche les cordes.



Matériel à prévoir : 1 table ou 1 mini-table, raquettes, variété de balles, 2 cordes à sauter.

Atelier n°6**JEU LIBRE PARENTS/ENFANTS****SUR MINI-TABLES**

Principe : jeu libre mais organiser la rotation du public en fonction de l'affluence. Atelier pouvant être mis en n°1 pour faire patienter les enfants en cas d'affluence.

Matériel à prévoir : 1 table ou 1 ou 2 mini-tables, raquettes, variété de balles.

**SPÉCIFICITÉS DE L'UNIVERS****Accueil**

Afficher les ateliers à l'entrée avec une explication succincte.

Accueillir l'enfant avec ses parents.

Faire remplir le flyer pour les questions d'assurance et de responsabilité (flyer qui servira ensuite pour la comptabilisation).

Cibler l'intérêt : les enfants jouent librement avec les parents, essaient les ateliers avec leurs parents ou seuls sous leur regard.

L'agent d'accueil doit pour cet atelier, connaître l'activité pongiste et les caractéristiques des enfants de cet âge afin de mieux répondre aux questions des parents et de bien accompagner l'enfant vers l'animateur.

Animation

L'agent d'accueil de l'univers doit pouvoir aider en cas d'affluence. Un animateur par atelier est préconisé soit 2 à 6 animateurs en fonction de la taille de l'espace.

Les animateurs doivent s'adapter aux enfants et les mettre en réussite, changent d'atelier en cas de trop grandes difficultés, organisent des rotations entre les ateliers, peuvent pro-



poser des duels ludiques dans les ateliers Jardinier, Conduite, Jonglages...

Inciter les parents à jouer sur les mini-tables avec leurs enfants avant de partir ou en arrivant.

Fin

L'agent d'accueil de l'univers tamponne le flyer de l'enfant, lui donne une raquette «4-7ans» et lui indique le stand du Ping local ou lui donne directement les renseignements sur la structure organisatrice, les clubs locaux proposant du baby-ping, distribution d'une brochure spécifique... ou le réoriente vers un autre univers.



LE TECHNI'PING (7-77 ANS)



Cet univers est réservé à tous ceux voulant découvrir et progresser sur les aspects techniques de l'activité. Autour de 6 tables pour les étapes de niveau 1 du Ping Tour, le non pratiquant vient découvrir les effets, les trajectoires, des exercices pour progres-

ser techniquement au tennis de table. Cet univers s'adresse à un large public mais devrait essentiellement intéresser les 8-30 ans. Les animateurs font vivre les différents ateliers, corrigent et aident les pratiquants à progresser au tennis de table.

LES ATELIERS ONT ÉTÉ CONÇUS SELON LES RÉFLEXIONS OU OBJECTIFS SUIVANTS :

- Un aspect apprentissage avec une découverte des différents paramètres caractérisant notre discipline : l'effet, le placement, la trajectoire, la vitesse, la prise d'information, le dosage... ;
- Un côté «fun» et «moderne» avec la présence d'un robot et d'un radar ;
- Un esprit de duel, le tennis de table étant un sport d'opposition ;

- L'expérience d'animations précédentes où certains ateliers ont particulièrement bien fonctionné (exemple l'atelier n°6) ;

Remarque : rien ne vous oblige à avoir un animateur par atelier, néanmoins ceci est préconisé. Vous verrez toutefois que la présence d'animateurs est indispensable sur certains ateliers et qu'elle peut être moins prégnante sur d'autres.

Il vous convient de choisir en fonction du nombre de tables utilisées, les ateliers que vous mettez en place avec l'importance d'avoir au moins un atelier Flash Ping et un atelier robot.



Atelier n°1 FLASH'PING

Principe : l'animateur envoie la balle en hauteur au participant (entre l'épaule et la tête), le joueur après le rebond de la balle sur la table doit frapper le plus fort possible dans la balle pour battre le record de vitesse. Attention, il conviendra de ne comptabiliser que les balles allant

sur la table mais rapidement, seul le nombre inscrit sur le radar compte.

Matériel à prévoir : une table, un radar de vitesse, piles pour le radar, un grand filet récupérateur.

Atelier n°2 LE ROBOT

Principe : faire des échanges contre le robot ou réussir à lui renvoyer la balle. L'animateur règle la vitesse, l'effet et l'oscillation en fonction du niveau du participant. Il peut aussi placer des cibles à viser pour rendre un peu plus complexe ou ludique.

Matériel à prévoir : une table, un robot, des balles ; un filet récupérateur.

Préconisations : prévoir des records d'échanges, des défis, des cibles...ou laisser le joueur autonome (notamment en cas de forte affluence et/ou «manque» d'animateurs).



Atelier n°3
MORPONG

Principe : l'animateur envoie des balles au participant ou alors celui-ci réalise un service et vise les cases délimitées en essayant de faire des lignes ou des diagonales comme au morpion (cet atelier peut également être réalisé en duel entre personnes pouvant s'empêcher de réaliser leur morpion).

Matériel à prévoir : une table, un damier réalisé en 9 cases avec des cordes ou scotch de peintre.

**Atelier n°5**
LE COLOR PING

Principe : l'animateur annonce une couleur en envoyant une balle au participant, celui-ci doit renvoyer la balle sur la table vers la zone délimitée par la couleur annoncée.

Matériel à prévoir : 1 table, raquettes, balles, visuels A3 et A4 de couleur unie (vert, bleu, jaune, rouge)

**Atelier n°4**
SPIN'PONG

Principe : mettre de l'effet en frottant la balle placée sur un plot ou un goulot de bouteille et la faire passer au-dessus du filet ou d'un surfilet. Cet exercice peut aussi être réalisé à 2 en duel chacun son tour et marquer des points en fonction de la réussite ou alors à 2 en même temps côte à côte où le premier réussit.

Matériel à prévoir : une table, 3 plots ou goulots de bouteilles et un surfilet (exemple : plot troué avec barre), balles bicolores.

Sur cet atelier l'animateur devra s'adapter car la notion d'effet peut être difficile à appréhender pour le pratiquant. Dans ce cas le surfilet peut permettre de travailler les trajectoires (jouer au dessus ou en dessous du surfilet) sans forcément utiliser l'effet.

Atelier n°6
LA ZONE INTERDITE

Principe : faire des échanges entre participants ou renvoyer la balle de l'animateur en évitant des zones matérialisées sur la demi-table.

Matériel à prévoir : une table, matériel en guise de zone (serviettes, feuilles A3 ou A4) sur une demi-table en cas de renvoi de la balle de l'animateur, sur les deux demi-tables en cas de duel (avec l'animateur ou un autre pratiquant).

Remarque : selon la mise en place choisie, renvoi de la balle de l'animateur ou duel entre deux joueurs, ces derniers travailleront dans le premier cas le placement et dans le second cas le déplacement latéral en plus.

**SPÉCIFICITÉS DE L'UNIVERS****Accueil**

Afficher les ateliers à l'entrée avec une explication succincte.

Accueillir le participant, lui expliquer s'il existe ou non un ordre de passage dans les ateliers. Faire remplir le flyer pour les notions d'assurance puis pour la comptabilisation des participants

Orienter le participant sur l'atelier n°1 avec une raquette (ou un atelier libre s'il n'y a pas d'ordre).

Animation

Les animateurs sont répartis dans l'idéal sur chaque atelier de l'univers (un animateur par atelier).

Remarque : Si ce n'est pas le cas, les ateliers où la présence de l'animateur est indispensable ou recommandée sont Flash'ping, Mor'pong, Color'ping, Spin'pong, la zone interdite.

Fin

L'agent d'accueil de l'univers tamponne la cartonnnette du pratiquant, lui indique le stand du Ping local (renseignements sur la structure organisatrice, club local, clubs voisins ... distribution d'une brochure spécifique... récupération des goodies...) ou le réoriente vers un autre univers.

UNIVERS FREE PING



L'univers Free Ping vise à faire jouer différemment les adeptes de la petite balle avec des tables de formes et de couleurs particulières, des règles spécifiques. L'univers est en accès libre avec prêt de matériel pour jouer.

Les animateurs sont là pour réguler le flux de personnes, mettre en place des défis aux tables pour faire gagner des lots. Ils

peuvent être amenés à jouer avec les participants venus seuls.

Organisation libre, laisser à disposition des tables, des raquettes (de natures différentes), des balles (de natures différentes), du matériel «insolite» (poêle, téléphone...), des fauteuils handisport... afin de laisser pratiquer les joueurs mais aussi de les faire patienter pour les autres ateliers.

Matériel complémentaire à prévoir : bassines, livres, poêle, CD pour jouer avec différents supports, filet de table ultimate ou équipement pour le handi ?...

FONCTIONNEMENT DE L'UNIVERS

Accueil

Accueillir les participants et leur proposer différents styles de matériel et leur présenter les différents types de tables proposées.

Faire remplir le flyer pour l'assurance et la comptabilisation.

Animation

3 animateurs ou joueurs ayant un bon contact et jouant/défiant les pratiquants.

Il faut créer des petits défis, des petits matchs (sets, le gagnant reste...), viser une cible,

jouer de la «mauvaise main»... mettre les tables «pongori» sous différentes formes.

Fin

L'agent d'accueil de l'univers tamponne la cartonnnette du pratiquant, lui indique le stand du Ping local (renseignements sur la structure organisatrice, club local, clubs voisins... distribution d'une brochure spécifique... récupération des goodies...) ou le réoriente vers un autre univers.





LE FIT PING TONIC

La partie Fit Ping Tonic vise à montrer la conjugaison possible de la pratique du tennis de table avec du renforcement musculaire et à vocation à attirer des féminines et les personnes voulant associer dépense physique et jeux pongistes. Dans le cadre d'animations ponctuelles, il est préconisé de montrer le concept du Fit Ping Tonic autour de moments ponctuels en

musique où sont présentées les chorégraphies réalisées lors des échauffements des séances en club.

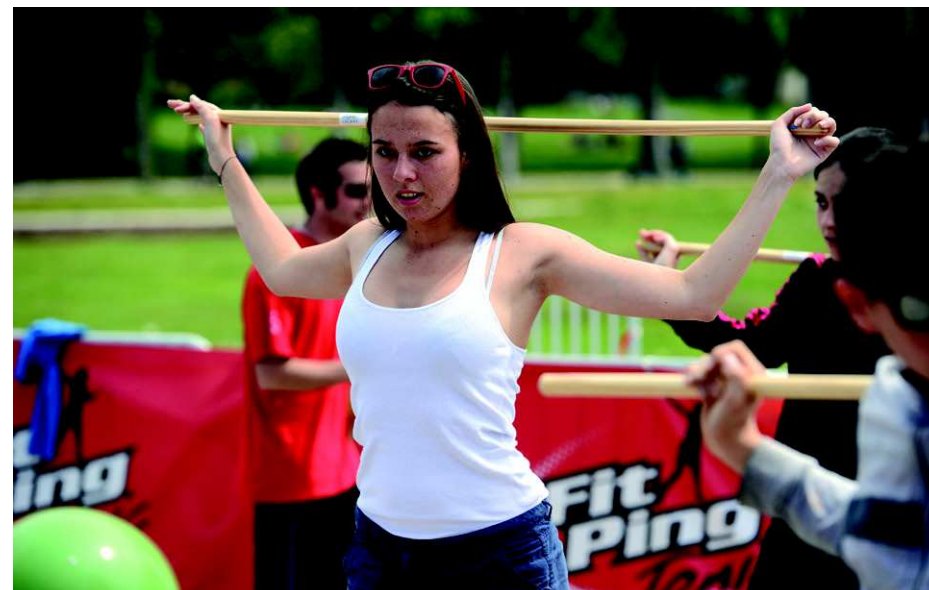
Les exercices pongistes proposés dans les séances de Fit Ping Tonic peuvent se retrouver au Techni Ping ou au Ping santé, c'est pour cela que cette organisation a été choisie pour le Ping Tour.



Séance de Fit Ping Tonic :

Principe : Séance de 10 minutes environ organisée comme suit :
1 à 2 chorégraphies en musique avec mouvements et déplacements raquette en main

L'animateur doit s'approprier la chorégraphie en amont de la manifestation. Pour les étapes du Ping Tour de niveau 1, le référent FFTT sera présent en complément de l'animateur local.



Animation :

2 animateurs (dont au moins une féminine) sur le Fit Ping Tonic.

Montrer et faire les mouvements chorégraphiés avec les participantes face à elles comme un cours de fitness en salle ou de zumba. Si l'animateur a un micro casque c'est un plus pour l'animation du temps de chorégraphie.

L'objectif est de faire des moments événements (temps fort type Flash mob) avec du monde, de montrer que les séances de tennis

de table peuvent comporter ce type d'exercices et donc l'intérêt de pratique pour les féminines. Pour cela, l'animateur micro doit annoncer les temps de séance en amont. Les horaires peuvent aussi être programmés pour organiser la journée et communiquer sur ces seuls temps forts de la journée.

Dans le cas où votre espace Fit Ping Tonic est seul ou que vous souhaitez y associer une pratique à la table, vous pouvez proposer les situations pongistes suivantes en complément des chorégraphies ponctuelles :

Exemple d'atelier

EQUILI PING

Principe : jouer à deux participants ou avec un animateur en étant assis sur un swiss-ball ou debout sur des coussins de proprioception.

Atelier Color Ping et/ou robot du Techni Ping

Atelier Chamboul'Ping du Ping Santé
Atelier conduite de balle du 4-7ans
mais sur une grande table sans filet



LE PING SANTÉ

Cet espace Ping Santé vise à montrer qu'on peut améliorer ou entretenir sa santé en pratiquant l'activité tennis de table au travers quelques items : la mobilité, la souplesse, la force, l'habileté, l'endurance, le cardio. La réalisation de tests en dehors et à la table doit permettre au pratiquant de partir avec une évaluation de sa forme. Lors de l'accueil du participant, il y aura un protocole à respecter.

Les ateliers (passage de tests) de l'univers Ping Santé :

L'espace est organisé en passage de tests. 4 en dehors de la table et 4 à la table.

Il conviendra en amont de faire remplir le questionnaire préalable, de faire remplir la fiche de suivi avec les données biométriques, et de faire une prise de pouls au repos après 2mn assis ou allongé.

Questionnaire préalable :

Avant de faire passer les tests à un participant, il faut lui faire remplir le questionnaire ci-dessous. Il permet une prise de conscience des risques liés aux antécédents médicaux. Il ne se dispense en aucun cas d'un avis médical.

Pour la lecture des résultats, seules les personnes ayant répondu NON à toutes les questions sont autorisées à passer les tests.

1) Votre médecin vous a-t-il déjà dit que vous aviez des problèmes cardiaques et que vous ne deviez pas faire d'exercice sans avis médical ?

OUI ou NON

2) Ressentez-vous une douleur à la poitrine lorsque vous faites de l'activité physique ?

OUI ou NON

3) Au cours du dernier mois écoulé, avez-vous ressenti des douleurs à la poitrine lors de périodes autres que celles liées à une activité physique ?

OUI ou NON

4) Epreuvez-vous des problèmes d'équilibre reins ? à un étourdissement ou vous arrive-t-il de perdre connaissance ?

OUI ou NON

5) Avez-vous des problèmes osseux ou articulaires qui pourraient s'aggraver par votre engagement plus important dans une activité physique ?

OUI ou NON

6) Des médicaments vous sont-ils actuellement prescrits pour contrôler votre tension artérielle ou un problème cardiaque ?

OUI ou NON

7) Connaissez-vous une autre raison pour laquelle vous ne devriez pas faire de l'activité physique ?

OUI ou NON

La fiche de suivi :

Cette fiche va permettre au participant de noter ses résultats aux tests et de pouvoir avoir à la fin un état des lieux de sa forme. Cette fiche personnelle est laissée au participant à la fin de son passage. Il faut donc prévoir les impressions de ces documents en amont.

Les tests Eval'Forme en dehors de la table

Atelier n°1

ÉQUILIBRE STATIQUE

En chaussures de préférence, se tenir sur une jambe, l'autre jambe est relevée avec le pied à la hauteur du genou en appui. Restez 30 secondes sur chaque pied.

Additionner les scores et reporter le résultat à l'indice santé. Le test se réalise les yeux ouverts pour les sujets ayant 40 ans ou +. Les yeux seront fermés pour les sujets ayant - de 40 ans. Tableaux de résultats :

ÉQUILIBRE STATIQUE				
Indice pour les femmes				
21 à 40 ans	41 à 50 ans	51 à 60 ans	61 ans et +	indice
60 sec.	60 sec.	60 sec.	60 sec.	5
50 à 59	46 à 59	41 à 59	31 à 59	4
41 à 50	31 à 45	27 à 40	21 à 30	3
26 à 40	21 à 30	14 à 26	10 à 20	2
< 26 sec.	< 21 sec.	< 14 sec.	< 10 sec.	1
Indice pour les hommes				
21 à 40 ans	41 à 50 ans	51 à 60 ans	61 ans et +	indice
60 sec.	60 sec.	60 sec.	60 sec.	5
50 à 59	48 à 59	46 à 59	36 à 59	5
43 à 50	37 à 48	32 à 45	21 à 35	4
36 à 42	30 à 36	15 à 31	10 à 20	3
< 36 sec.	< 30 sec.	< 15 sec.	< 10sec.	2

Atelier n°2

SOUPLESSE DU TRONC

Debout, jambes tendues et serrées, fléchir le tronc en amenant les mains le plus bas possible (sans plier les jambes) avec un mouvement de bascule du buste vers l'avant progressif et sans secousse.

SOUPLESSE TRONC (FLEXION AVANT)	
Indice pour les femmes	
mesures valables quel que soit l'âge	indice
les paumes de mains touchent le sol	5
les poings fermés touchent le sol	4
le bout des doigts touchent le sol	3
Le bout des doigts touchent le cou du pied	2
le bout des doigts atteint le milieu des tibias	1
Indice pour les hommes	
mesures valables quel que soit l'âge	indice
les paumes de mains touchent le sol	5
les poings fermés touchent le sol	4
le bout des doigts touchent le sol	3
Le bout des doigts touchent le cou du pied	2
le bout des doigts atteint le milieu des tibias	1

Atelier n°3**FORCE DES MEMBRES
INFÉRIEURS**

Bras en croix sur la poitrine, s'asseoir et se lever le plus de fois possible en 30 secondes. On entend par debout être redressé et genoux tendus. La position assise n'est pas tenue, dès que les fesses touchent la chaise, il faut se relever et ainsi de suite...

Attention, ce test est lié au n°4 suivant sur le cardio.

FORCE DES MEMBRES INFÉRIEURS (ASSIS-DEBOUT)					
Indice pour les femmes					
20 à 29 ans	30 à 39 ans	40 à 49 ans	50 à 59 ans	60 ans et +	indice
34	26	28	18	17	5
32	22	22	16	15	4
27	20	19	14	13	3
21	18	17	12	11	2
19	16	15	10	10	1
Indice pour les hommes					
20 à 29 ans	30 à 39 ans	40 à 49 ans	50 à 59 ans	60 ans et +	indice
33	34	25	21	19	5
30	33	20	18	17	4
25	31	19	15	15	3
19	21	19	13	13	2
17	20	17	9	9	1

Atelier n°4**CARDIO**

Prendre le pouls immédiatement après le test de force (assis-debout). Indiquer la valeur au repos et après l'effort sur la fiche de suivi. Reprendre le pouls 1 minute voire 2 minutes après l'effort et comparer :

Indice Cardio					
FCR au repos :	1	2	3	4	5
Effort	> 160	140 à 160	120 à 139	100 à 119	80 à 99
1 min après effort	> 120	100 à 120	80 à 99	60 à 79	< 60
2 min après effort	> 100	80 à 100	70 à 79	60 à 69	< 60
Retour à la FCR	> 5 min.	4 à 5 min.	3 à 4 min.	2 à 3 min.	< 2 min.

Tests Eval Ping (à la table)**Atelier n°1****EQUILI PING**

Réalisation d'échanges tout en étant en équilibre. Soit assis sur un swiss-ball, soit debout, les pieds en appui sur un coussin de proprioception.

Le comptage des échanges se fait avec un animateur mais on peut laisser jouer

Equilibre : Équiliping	indice
20 échanges	5
15 à 19	4
10 à 14	3
5 à 9	2
0 à 4	1

les participants l'un contre l'autre (l'un assis et l'autre debout par exemple).

Atelier n°2**PARCOURS D'HABILITÉ**

Réaliser, balle sur la raquette ou avec rebonds, un parcours de 20 mètres alternant les flexions, changements d'appuis, enjambement, marche arrière... On compte le nombre fois où la balle tombe par terre.

Coordination – Parcours La balle tombe par terre	indice
0 fois	5
1 à 2 fois	4
3 à 5 fois	3
6 à 8 fois	2
> 8 fois	1

Atelier n°3**CHAMBOUL'PING**

Disposez 4 cibles de 20 cm de diamètre en éventail au bout d'une table. Le sujet dispose d'une cuvette de 20 balles. Il lâche la balle qui rebondit sur la table et vise les cibles alternativement. 1 série en CD, 1 série en R et 1 série en alternance CD et R soit 60 balles.

Diviser le total de touches par 3 pour faire la moyenne et indiquer l'indice de forme correspondant.

Précision - (chamboul'Ping) La cible est touchée	indice
20 fois	5
15 à 19 fois	4
10 à 14 fois	3
5 à 9 fois	2
0 à 4 fois	1

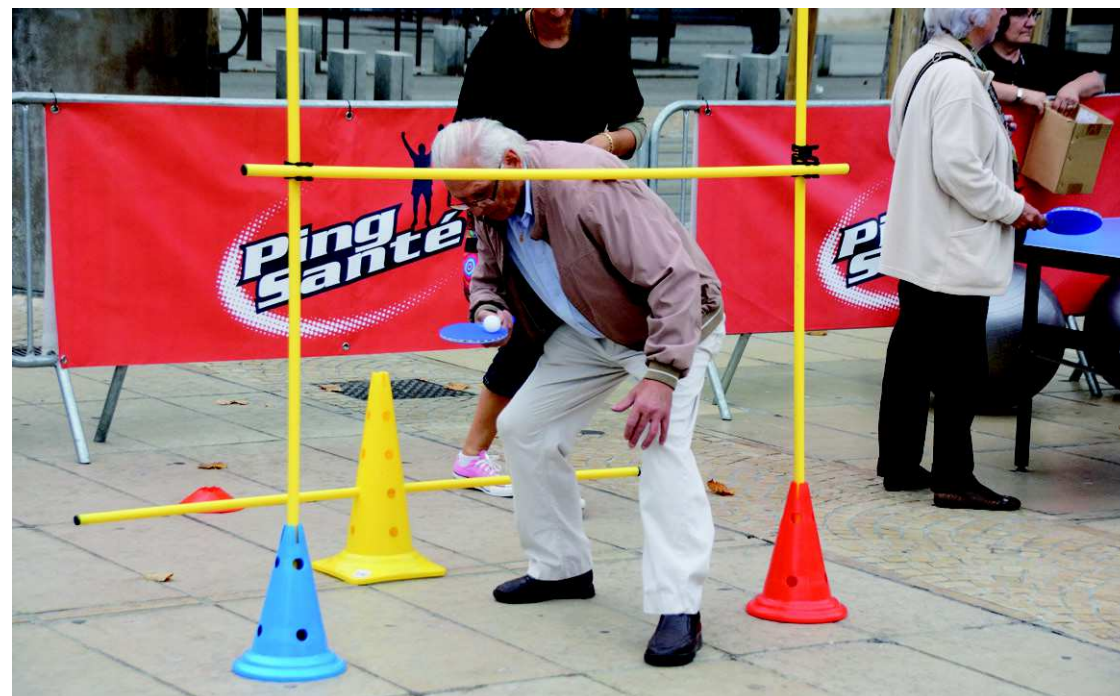
Atelier n°4**MOBILITÉ - DÉPLACEMENTS**

L'animateur muni d'une raquette et d'un panier de 20 balles envoie des balles longues alternativement dans le CD et le R d'une force moyenne mais à cadence rapide (on envoie la balle suivante dès que la balle précédente est touchée).

Il suffit de toucher la balle pour valider le point.

Mobilité (déplacements)	indice
20	5
15 à 19	4
10 à 14	3
5 à 9	2
0 à 4	1

Matériel pédagogique pour le parcours : plots, cônes à trous, barres, cerceaux..., des chaises pour le test assis-debout et faire se reposer les participants avant la prise de pouls au repos. 2 swiss-ball et 2 coussins de proprioception, cibles de grandes tailles, balles, raquettes et bassines, fiches de suivi et questionnaires préalablement pré-imprimés en fonction de la potentialité de visiteurs.

**SPÉCIFICITÉS DE L'ESPACE PING SANTÉ****Accueil**

Montrer le fonctionnement des tests de l'espace Ping Santé, faire remplir le questionnaire au préalable pour vérifier que le participant peut passer les tests puis la fiche de suivi individuel. L'accompagner vers une chaise pour prendre son pouls au repos.

Animation

6 animateurs pour le Ping Santé, 1 par table ou atelier et 2 pour les tests en dehors de la table. Faire passer tous les tests dans l'ordre prévu et en respectant le protocole de chacun. Le participant doit ressortir de l'espace avec un état des lieux de sa santé et avoir

perçu que le tennis de table activité ludique et technique peut concourir à entretenir sa santé comme d'autres sports.

Fin

L'agent d'accueil de l'univers tamponne le flyer du participant, indique la couleur (vert, orange ou rouge) du résultat de ses tests sur sa fiche de suivi, puis lui indique le stand du Ping local (récupération des goodies, renseignements sur la structure organisatrice, club local, clubs voisins ...créneaux féminins, distribution d'une brochure spécifique) ou le réoriente vers un autre univers.

UNIVERS HANDI PING



L'univers Handi Ping vise à faire jouer au tennis de table à la fois les personnes en situation de handicap (les sections handisport et sport adapté, les licenciés des clubs locaux) mais aussi tenter de sensibiliser le public «valide» au tennis de table avec un handicap (jeu en fauteuil, ceci-ping...). L'atelier est organisé en pratique libre pendant la durée de l'animation, des rotations sont mises en place en fonction de l'affluence.

Les organisateurs gèrent la venue des sections Handisport ou Sport adapté locales sur l'ensemble de la journée. Les animateurs de l'univers font jouer le public avec les personnes en situation de handicap. Des fauteuils roulants et autres accessoires permettent également de mettre le public en situation de handicap pour sensibiliser.

Matériel complémentaire à prévoir : (à récupérer par exemple auprès des associations Handisport locales) : 2 à 4 fauteuils roulants, 1 jeu de ceci-ping, lunettes de vue déformantes, casques pour réduction du son, béquilles, écharpes ou attelles...

ATELIERS DE L'UNIVERS :

Au-delà de la pratique libre, vous pouvez proposer sur la moitié des tables des ateliers spécifiques pour sensibiliser au Handicap. Voici quelques exemples :

1) 2 tables en pratique semi-libre

Principe : laisser jouer les valides et les personnes en situation de handicap les uns avec les autres ou contre les autres (organiser des paires ou des doubles et des défis).

2) 2 tables pour exercices spécifiques avec le matériel

Principe : jouer avec un œil caché, avec des lunettes déformantes, jouer de la mauvaise main, jouer en fauteuil roulant...

La présence d'un joueur en fauteuil pouvant apporter ses conseils est un vrai atout pour cet espace.

3) 1 table de ceci ping si vous arrivez à en trouver une !

Principe : se renvoyer la balle pour marquer des buts (jeu du palet) avec les yeux bandés et une balle/grelot. Le joueur a une batte pour renvoyer cette balle. Cette pratique existe et est organisée pour les mal voyants et non-voyants.



FONCTIONNEMENT DE L'UNIVERS

Accueil

Accueillir les participants : (les groupes ou personnes en situation de handicap, les valides), orienter les joueurs sur les ateliers. Faire remplir le flyer (assurance et comptabilisation des participants).

La connaissance du «public handisport» est un atout pour accueillir dans cet univers.

Animation

Les 2 animateurs font vivre les ateliers techniques et orientent les personnes souhaitant jouer librement sur les 2 tables prévues à cet

effet. Ils organisent des défis, «mélangent» au maximum les «handisports» et les valides (duels et partenariats).

Fin

L'agent d'accueil de l'univers tamponne le flyer du pratiquant, lui indique le stand du Ping local (renseignements sur la structure organisatrice, club local, clubs voisins ... sections handisport, distribution d'une brochure spécifique...récupération des goodies) ou le réoriente vers un autre univers.

UNIVERS COMPET'PING



Cet univers a pour objectif de faire découvrir la compétition en tennis de table et ses règles. On peut y organiser un tournoi sur la journée ou plusieurs d'1 heure environ avec réunion des vainqueurs en fin de journée ou simplement organiser des défis en 1 ou plusieurs manches entre les participants présents.

Si vous arrivez à organiser l'espace en un tournoi, pensez à faire la phase finale sur l'espace de démonstration ou l'espace dédié en fin de journée. Prévoir la numérotation des tables pour des éventuelles montées de tables.

Matériel à prévoir : raquettes, balles, marqueurs de points et tables de marque.

FORMULES POSSIBLES POUR LES TOURNOIS :

La montée/descente : organisation en manches de 11 points avec 2 points d'écart. C'est le moyen le plus facile sur un temps donné car dès la présence de 6 personnes (3 tables) vous pouvez commencer. Ajouter ou enlever les personnes qui arrivent ou qui doivent partir.

Annoncer un temps de durée ou un nombre de tours pour déclarer un vainqueur régulièrement.

Proposer aux différents vainqueurs de revenir jouer une phase finale dans l'après midi.

Les mini-tournois

Organisez des poules en fonction du nombre de participants. Chaque vainqueur est invité à revenir dans l'après-midi pour une phase finale.

À partir de 15h30/16h, organisez les quarts, demies puis la finale sur la table de démonstrations.

Les défis

Organisation de défis avec les joueurs présents dans l'univers pour faire apprendre les règles du jeu.



Accueil

Prendre le nom et prénom du joueur, coordonnées téléphoniques et mail, en cas d'affluence ou de montée de tables en cours, on fait patienter (style file d'attente pour un manège dans un parc d'attraction) et attendre la montée-descente suivante (compter 45 mn pour 6 tours).

Animation

Les animateurs doivent bien connaître les règles du jeu pour assurer le bon déroulement des rencontres et répondre aux litiges et donner des explications sur les différentes règles existantes (service, choix initial, double...).

Fin

L'agent d'accueil de l'univers tamponne le flyer du pratiquant, lui indique le stand du Ping local (renseignements sur la structure organisatrice, club local, clubs voisins ... distribution d'une brochure spécifique...récupération des goodies) ou le réoriente vers un autre univers.

Il fait revenir le vainqueur de chaque montée à 16h30 pour la finale.

Organiser une remise de récompenses officielle (voir guide pratique de l'accueil).