

CONCEVOIR DES CONTENUS D'ENSEIGNEMENT : EXEMPLE AUX CYCLES 3 ET 4

Les nouveaux programmes d'EPS invitent à repenser la conception des séquences d'apprentissage dans un projet de formation global en prenant en compte le contexte et les caractéristiques des élèves.



Les nouveaux programmes d'EPS pour le collège, applicables depuis la rentrée 2016, ont amené plusieurs changements¹ parmi lesquels nous en retenirons deux principaux :

- l'exigence d'organiser l'enseignement de l'EPS pour permettre aux élèves de progresser et de se situer au regard des objectifs supra-disciplinaires (les compétences des domaines du socle commun) et des objectifs disciplinaires (les attendus de fin de cycle définis dans les quatre champs d'apprentissage) ;
- l'exigence de concevoir une évaluation qui permet dans le même temps de positionner les élèves au regard de la maîtrise des compétences du socle et des objectifs disciplinaires.

Cette double exigence nécessite, pour les équipes EPS de collège, de revoir leur projet pédagogique et leur manière d'organiser leur enseignement. Il leur revient en effet de spécifier les compétences du socle qui sont évaluées dans le contexte EPS, et d'agencer des APSA au cours des cycles pour favoriser l'avancée des élèves vers les attendus de fin de cycle (AFC) de chacun des champs d'apprentissage. Aussi, alors que les programmes 2008 invitaient les

enseignants à un agencement de situations pour permettre aux élèves d'acquérir des compétences dans les APSA définies au niveau national (liste et groupements des APSA, compétences attendues, référentiels d'évaluation), le rôle des équipes pédagogiques est désormais renforcé dans la conception d'une EPS qui s'adapte aux caractéristiques des différents publics d'élèves, tout en répondant à un projet de formation plus global (le socle commun).

Concevoir en fonction de son contexte d'enseignement

Un des enjeux principaux de cette conception de l'enseignement est d'éviter le « plaqage » d'objectifs ou de contenus relativement à des prescriptions trop précises du législateur, peu adaptées à la réalité et à la diversité des collèges et de leurs publics. Toutefois, afin de limiter le risque d'une « EPS d'établissement » qui perde de vue les enjeux nationaux fixés par le législateur, ou d'une « EPS morcelée » créant des discontinuités dans le parcours de formation des élèves du fait d'un changement d'enseignant, de classe ou de cycle, c'est un ensemble d'éléments qui doit être pensé

de façon cohérente pour l'élaboration de ces parcours. À l'issue d'un diagnostic des élèves sur les composantes du socle, l'équipe EPS détermine celles qui seront plus particulièrement travaillées et évaluées en EPS. Il s'agit ensuite de définir, pour chacune des APSA de la programmation EPS, des objectifs et des modalités d'apprentissage, permettant à la fois d'avancer vers ces compétences et les attendus de fin de cycle.

Une illustration en tennis de table

C'est dans cet esprit que nous présentons un exemple de conception et d'organisation pédagogique de séquences² d'APSA tennis de table au collège.

Concernant le socle, au vu du diagnostic de son contexte établissement et des besoins des élèves, l'équipe EPS a décidé de porter l'accent sur :

- pour le cycle 3, les composantes 1.4 (comprendre, s'exprimer en utilisant les langages des arts et du corps) et 3 (la formation de la personne et du citoyen) du socle ;
- pour le cycle 4, les composantes 1.4 et 2 (les méthodes et outils pour apprendre) du socle.

Sur le plan disciplinaire, l'équipe a choisi, pour ces séquences de tennis de table, de se centrer sur les AFC du champ d'apprentissage « conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel » sollicitant de manière préférentielle ces composantes du socle³.

Sur le plan de la didactique de l'APSA, l'équipe a décidé de privilégier un mode d'entrée par les projets tactiques, les habiletés techniques étant introduites progressivement en fonction des besoins effectifs des élèves en vue de réaliser leurs projets. Le travail de conception des séquences, dont l'enjeu essentiel est de faire vivre le socle commun dans les démarches et pratiques d'enseignement mêmes et de ne pas seulement le laisser à l'état de formalisation ou d'intention dans les projets, s'organise en deux étapes interdépendantes. D'une part, il s'agit de préciser les acquisitions visées en fonction du choix des compétences du socle et des AFC travaillés, de formuler une compétence à développer dans l'APSA en cohérence avec ceux-ci, et de définir les modalités d'évaluation de

cette compétence. D'autre part, il s'agit de définir les démarches d'enseignement privilégiées au regard des acquisitions visées, de construire une situation de référence⁴ pour la séquence, et d'envisager des situations complémentaires d'apprentissage.

Une séquence au cycle 3

Dans cette séquence, les enseignants privilégient un mode d'entrée par les projets tactiques et font le choix d'un jeu exclusivement en coup droit⁵ de manière à :

- casser la motricité des élèves jouant de face avec un alignement œil/balle/raquette/cible ;
- inciter les élèves à se déplacer afin de modifier leur représentation d'un « tennis de table statique » ;
- centrer les apprentissages moteurs sur un nombre réduit d'habiletés techniques facilitant la mise en place de projets tactiques simples.

Définir les objectifs d'apprentissage

Sélectionner les éléments du socle commun prioritairement travaillés

- D 1.4 : s'exprimer par des activités physiques sportives et artistiques (s'opposer

individuellement pour gagner un duel).

- D 3 : partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités.

Sélectionner les AFC en cohérence avec les éléments du socle travaillés

- S'organiser tactiquement pour gagner le duel ou le match en identifiant les situations favorables de marque.
- Assurer différents rôles sociaux inhérents à l'activité et à l'organisation de la classe.

Préciser les acquisitions visées dans la séquence

- Se déplacer pour se mettre à distance en coup droit (frappe de la balle à la longueur d'un avant-bras, le coude est distant d'un poing de la hanche droite, le bras et l'avant-bras forment pratiquement un angle droit).
- Frapper la balle à droite du corps avec la tête de raquette dirigée sur le côté et non vers le plafond.
- Construire un répertoire moteur spécifique (servir en coup droit, renvoyer en coup droit, smasher en coup droit et placer la balle latéralement en coup droit).
- Respecter les règles mises en place dans les différentes situations.
- Assumer les différents rôles confiés par

l'enseignant dans les situations.

- Arbitrer dans le respect des règles du jeu par des annonces claires et précises relatives aux fautes, aux points, contrats et au score.

Formuler la compétence évaluée en fin de séquence

Dans une forme de pratique « joue tout en coup droit », dirigée par un arbitre et un assistant (qui remplit une fiche de score), rechercher le gain de matchs dans des rapports d'opposition équilibrée en exploitant les situations favorables pour rompre l'échange le plus souvent possible avec des balles accélérées et/ou placées latéralement.

Définir le test de compétence

Par poules de 3 (à adapter en fonction du nombre d'élèves) de niveau homogène, les élèves se rencontrent en un match en 2 sets secs de 11 pts.

Les modalités de jeu :

- changement de serveur tous les 2 points joués ;
- obligation de jouer exclusivement avec le coup droit (si un élève frappe la balle en revers, il perd le point) ;

1. Les choix pour l'évaluation des élèves au cycle 3

REGISTRE D'OBSERVATION : ÉLÈVE-JOUEUR

Note sur 14 pts (bonification de 0 à 2 pts selon le nombre de victoires dans la poule).	Joueur aléatoire • Joueur peu mobile. • Renvoi aléatoire, non stabilisé.	Joueur régulier • Joueur mobile, à bonne distance pour jouer la balle au moins sur une demi-table. • Renvoi stabilisé avec des trajectoires en cloche, plutôt au centre de la table.	Joueur opportuniste • Marque en utilisant une voie de jeu préférentielle (des balles placées ou accélérées). • Se déplace pour couvrir au moins 2/3 de table en coup droit.	Joueur complet • Marque des points en utilisant des balles placées et/ou accélérées. • Se déplace pour couvrir toute la table en coup droit
Domaine 1. S'exprimer par des APSA : s'opposer individuellement pour gagner un match.	Maîtrise insuffisante	Maîtrise fragile	Maîtrise satisfaisante	Très bonne maîtrise
AFC. En situation aménagée, s'organiser tactiquement pour gagner le duel ou le match en identifiant les situations favorables de marque.	Objectifs non atteints 0 – 4 pts	Objectifs partiellement atteints 4,5 – 7 pts	Objectifs atteints 7,5 – 12 pts	Objectifs dépassés 12,5 – 14 pts

REGISTRE D'OBSERVATION : ÉLÈVE-ARBITRE ET ÉLÈVE-PARTENAIRE

Note sur 6 pts (pondérer le niveau et nombre de points lorsque les profils Arbitre et Partenaire sont hétérogènes).	Arbitre débutant • Peu attentif au jeu. • Fait de nombreuses fautes d'arbitrage.	Arbitre apprenti • Gère le comptage des points. • Quelques hésitations pour certaines décisions (alternance de service, balles à remettre).	Arbitre confirmé • Assure sans difficultés le comptage des points. • Identifie les points contrat et remplit correctement les fiches de scores.	Arbitre expert • Gère l'ordre des matchs dans la poule. • Finalise le classement.
	Partenaire irrégulier • Ne respecte pas les consignes de tâches.	Partenaire coopératif • Respecte les consignes mais investissement peu régulier.	Partenaire engagé • Investissement régulier dans les tâches.	Partenaire expert • Adapte le jeu pour aider son partenaire. • Donne quelques conseils.
Domaine 3. La formation de la personne et du citoyen.	Maîtrise insuffisante	Maîtrise fragile	Maîtrise satisfaisante	Très bonne maîtrise
AFC. Assurer différents rôles sociaux inhérents à l'activité et à l'organisation de la classe.	Objectifs non atteints 0 – 1,5 pt	Objectifs partiellement atteints 2 – 3 pts	Objectifs atteints 3,5 – 4,5 pts	Objectifs dépassés 5 – 6 pts

- gestion en autonomie des rencontres (comptage des points, tenue de feuilles de score).

Repérer les degrés d'acquisition de la compétence

Quatre degrés d'acquisition (tableau 1) sont repérés dans deux registres (joueur, arbitre/partenaire). Cette évaluation est réalisée lors du test de compétence mais aussi de manière continue lors de la séquence dans les différentes situations d'apprentissage.

Concevoir les modalités d'enseignement

Identifier les démarches d'enseignement privilégiées

Choix de dispositifs d'enseignement-apprentissage pour solliciter et développer chez les élèves :

- des habiletés motrices spécifiques uniquement en coup droit (servir, renvoyer, smasher, placer la balle) ;
- des situations dans lesquelles les élèves doivent respecter des règles précises ;
- des situations qui confrontent les élèves à différents rôles et responsabilités (coach, distributeur/ramasseur de balles) ;
- un format d'évaluation où entrent en jeu des prises d'initiative (en tant que joueur mais aussi arbitre) et des responsabilités (arbitre et assistant qui remplit la fiche de score du match).

Choisir une situation de référence pour la séquence « Place ou accélère »

Cette situation invite les élèves à se déterminer un projet de jeu et leur permet d'identifier les habiletés à construire pour pouvoir mener ce projet de jeu. Les élèves sont répartis en poules de 4 joueurs de niveau homogène. Ils se rencontrent en un match de 20 pts (exemple de score possible : 14-6, 11-9...) avec un temps mort de 1 min après 10 pts joués. Chaque joueur joue individuellement mais est en binôme avec un observateur/coach qui l'observe et le conseille quant à la tactique la plus efficace à choisir (dessin 1).

Les modalités de jeu :

- alternance de service tous les 2 pts ;
- 2 zones latérales de 40 à 50 cm sont matérialisées à l'aide de cordelettes ;
- jeu exclusivement en coup droit (si un élève joue la balle avec son revers, il perd le point).

Construction des projets tactiques individuels :

- avant chaque match, chaque joueur choisit une couleur de chasuble parmi deux, correspondant à un contrat de jeu : jouer placé (marquer le point en jouant dans une zone latérale), jouer offensif (marquer le point en accélérant la balle -smash- ou en la prenant plus tôt sur sa trajectoire) ;
- possibilité de changer de chasuble (et donc de contrat) après 10 pts joués (temps mort) après concertation avec son



observateur-coach (concertation dont le but est d'apprécier l'efficacité du contrat de jeu pour décider de le changer ou non). À l'aide d'une fiche de recueil, chaque coach-observateur inscrit les conditions et les points marqués (jeu placé ou jeu offensif).

À la fin de chaque match, les élèves calculent leur réussite exprimée par le pourcentage « nombre de points marqués en respectant le contrat de jeu/nombre total de points marqués ». Ce résultat est commenté par les élèves sur la base d'un questionnaire :

- est-ce que j'ai essayé de placer des coups pour gagner des « points contrat », et comment ?
- le type de balles envoyées par l'adversaire a-t-il favorisé ou gêné mon contrat, et pourquoi ?
- mon contrat était-il adapté à mon jeu, à celui de l'adversaire ?
- comment organiser mon jeu pour placer plus de « points contrat » ?
- est-il toujours pertinent de chercher à placer des « points contrat » ? etc.

Envisager des situations d'apprentissage complémentaires

En alternance avec la situation de référence, différentes situations sont proposées pour acquérir et renforcer des habiletés techniques en coup droit (le jeu régulier, le jeu placé, le jeu accéléré). Par exemple :

- « le partenaire en or » : les élèves sont par deux, ils ont 3 essais pour réaliser un contrat uniquement en coup droit (nombre d'échanges en continuité entre 5 et 10 selon le niveau) ; ils marquent 1 pt lorsque le contrat est réalisé et le notent sur une feuille collective de recueil, puis changent de partenaire ; dès qu'un joueur a tenté le

contrat avec 6 partenaires différents, la situation s'arrête et on additionne les scores de chacun⁶ ;

- « le défi du smash » : avec panier de balles (un distributeur, deux smashers), il s'agit de réussir plus de smashes (sur 10 essais) que son camarade ;
- « le défi de la balle placée » : réaliser un contrat en respectant des zones de jeu.

Une séquence au cycle 4

En cohérence avec les orientations de l'établissement, et afin de travailler des compétences du domaine 2 du socle commun, les enseignants font le choix de « forcer » la coopération entre les élèves en privilégiant des matchs par équipes, et en demandant aux élèves, dès la 3^e leçon, de choisir un camarade de niveau similaire qui sera leur partenaire d'équipe tout au long de la séquence et pour l'évaluation.

Définir les objectifs d'apprentissage

Sélectionner les éléments du socle commun prioritairement travaillés

- D 1.4 : pratiquer des activités physiques sportives et artistiques (s'inscrire dans un projet de jeu pour rechercher le gain du match).
- D 2 : coopérer et réaliser des projets.

Sélectionner les AFC en cohérence avec les éléments du socle travaillés

- Réaliser des actions décisives en situation favorable afin de faire basculer le rapport de force en sa faveur ou en faveur de son équipe.
- Être solidaire de ses partenaires et respectueux de son (ses) adversaire(s) et de l'arbitre.
- Observer et co-arbitrer.

2. Les choix pour l'évaluation au cycle 4

REGISTRE D'OBSERVATION : ÉLÈVE-JOUEUR

Note sur 14 pts (bonification : 1 pt pour chacun des joueurs de l'équipe gagnante).	Joueur attentiste • Renvoi stabilisé en coup droit et en revers avec des trajectoires en cloche, plutôt au centre de la table.	Joueur opportuniste • Marque des points en utilisant une voie de jeu préférentielle (des balles placées ou accélérées, en coup droit ou en revers).	Joueur stratège • Construit et marque des points en utilisant des schémas tactiques simples, essentiellement à partir du service.	Joueur adaptable • Adapte son jeu à celui de l'adversaire en alternant jeu placé, jeu offensif, jeu à effet.
Domaine 1.4. Pratiquer des APSA : s'inscrire dans un projet de jeu pour rechercher le gain du match.	Maîtrise insuffisante	Maîtrise fragile	Maîtrise satisfaisante	Très bonne maîtrise
AFC. Réaliser des actions décisives en situation favorable afin de faire basculer le rapport de force en sa faveur ou en faveur de son équipe.	Objectifs non atteints 0 – 4 pts	Objectifs partiellement atteints 4,5 – 7 pts	Objectifs atteints 7,5 – 12 pts	Objectifs dépassés 12,5 – 14 pts

REGISTRE D'OBSERVATION : ÉLÈVE-COACH

Note sur 6 pts.	Coach débutant • Peu attentif à son partenaire. • Quelques encouragements.	Coach apprenti • Apporte des conseils génériques (plutôt en référence à son propre jeu). • Encourage régulièrement son partenaire.	Coach confirmé • Apporte des conseils adaptés au jeu de son partenaire.	Coach expert • Apporte des conseils adaptés au rapport d'opposition. • Utilise le temps mort pour réajuster le projet de jeu.
Domaine 2. Les outils et méthodes pour apprendre.	Maîtrise insuffisante	Maîtrise fragile	Maîtrise satisfaisante	Très bonne maîtrise
AFC. Être solidaire de ses partenaires et respectueux de son (ses) adversaire(s) et de l'arbitre. Observer et co-arbitrer.	Objectifs non atteints 0 – 1,5 pt	Objectifs partiellement atteints 2 – 3 pts	Objectifs atteints 3,5 – 4,5 pts	Objectifs dépassés 5 – 6 pts

Préciser les acquisitions visées dans la séquence

- Construire un répertoire moteur spécifique en coup droit et en revers (services, balles placées, balles accélérées).
- Construire le point dès le service pour marquer à l'aide de schémas tactiques simples.
- Gérer un tournoi en poule (relever les scores, organiser l'ordre des matchs et classer les joueurs à partir des victoires et des scores).
- Arbitrer dans le respect des règles du jeu, assurer la continuité du jeu par des annonces claires et précises relatives aux fautes et au score.
- Observer et caractériser les actions réalisées par son partenaire (à l'aide d'indicateurs simples) pour l'aider à progresser.
- Observer et caractériser (à l'aide d'indicateurs techniques et tactiques) le déroulement d'un match pour apporter des conseils à son partenaire.

Formuler la compétence évaluée en fin de séquence

Avec l'aide d'un coach, rechercher le gain de matchs, dans des rapports d'opposition équilibrée, en construisant le point dès la



mise en jeu pour rompre l'échange par des frappes variées en vitesse et/ou en direction et/ou en utilisant des effets.

Définir le test de compétence

Par équipe de 2 (niveau homogène) les élèves se rencontrent en 5 matchs : 4 simples (chaque joueur rencontre les deux joueurs de l'équipe adverse) et un double. *Les modalités de jeu :*

- match en 15 pts (alternance de service tous les 2 pts), avec un coach (son partenaire) et la possibilité de temps mort demandé par chacun des coaches (1 min de coaching) ;

- les coaches peuvent écrire la tactique proposée sur la base de critères simples (type de service et enchaînement, choix d'un jeu placé ou offensif, etc.) ;
- chaque match gagné amène un point à son équipe, l'équipe ayant totalisé 3 pts (ou plus) remporte la rencontre ;
- auto-organisation des élèves pour gérer l'enchaînement des matchs.

Repérer les degrés d'acquisition de la compétence

Quatre degrés d'acquisition (tableau 2) sont repérés dans deux registres (joueur et coach).

Concevoir les modalités d'enseignement

Identifier les démarches d'enseignement privilégiées

Choix de dispositifs d'enseignement-apprentissage pour solliciter et développer chez les élèves :

- des habiletés motrices spécifiques et des intentions tactiques (smash, service, liaison service-3^e balle) ;
- des compétences d'observation et d'analyse (des actions réalisées et du déroulement du jeu) pour pouvoir conseiller son partenaire (choix d'outils d'observation et de recueil d'information) ;

- des interactions coopératives (temps de travail instauré lors de chaque leçon et tout au long de la séquence par binômes stables pour « forcer » la coopération entre élèves);
- un format d'évaluation où entre en jeu une dimension collective (match par équipes).

Choisir une situation de référence pour la séquence « Cherche le coup faible »

Cette situation invite les élèves à appliquer un projet de jeu et à identifier celui de l'adversaire pour y répondre avec l'aide de son partenaire. Par équipes de 2, chaque joueur rencontre (en match de simple) les 2 joueurs de l'équipe adverse et est coaché par son partenaire.

Les modalités de jeu :

- en préalable, de chaque joueur pioche dans une enveloppe une carte de couleur comportant un thème de relance de service qu'il devra respecter tout au long du match;
- une 1^{re} période de jeu de 2 min avec alternance du service tous les deux points;
- une période de discussion (30 s) pendant laquelle les partenaires se concertent pour déterminer et annoncer le thème de relance de l'adversaire (une seule réponse possible) : si la réponse est bonne, le joueur a un bonus de 3 pts; si la réponse est mauvaise l'adversaire annonce son thème;
- une période de coaching (30 s) entre les partenaires pour déterminer un projet de jeu adapté (quels services en termes de placement, vitesse et ou/effet utiliser de manière préférentielle?) afin d'exploiter ou de contrer le thème de relance de l'adversaire;
- enfin, une 2^e période de jeu de 2 min (même adversaire) en gardant le score acquis lors de la première période et les éventuels points de bonus (dessin 2).

Les thèmes imposés peuvent concerner le service, la relance du service ou le jeu en général (tableau 3). Ils peuvent préciser le placement des coups, le type de coups à utiliser de manière préférentielle, la position du joueur par rapport à la table, etc. Leur difficulté est adaptée au niveau des élèves, sachant que plus un thème est précis, plus il est facile à découvrir.

Les évolutions possibles :

- modifier le registre des thèmes (serveur ou jeu);
- donner la possibilité d'un temps mort durant les périodes de jeu (en augmentant leur durée) pour se concerter avec son



coach (aide à l'enquête pour la première période, réajustement éventuel du projet de jeu pour la deuxième période);

- expliciter ou faire lire les thèmes contenus dans l'enveloppe pour aiguiller l'enquête.

Envisager les situations d'apprentissage complémentaires

En alternance avec cette situation sont proposées des situations pour acquérir et renforcer des habiletés tactiques et techniques. Par exemple :

- travail des services (longs, rapides et placés), du smash, du placement de balle, etc.;
- « anticipe après ton service » : match, avec coaching, dans lequel le gain du point, soit au service soit sur la 3^e balle, est valorisé à l'aide d'un système de « score parlant »⁷ (par exemple 100 pts pour un point gagné avec le service ou sur la 3^e balle, 1 pt pour les autres points marqués);
- « place ton bonus » : match, avec coaching, dans lequel les élèves choisissent un bonus (3 pts) lorsqu'ils gagnent selon l'exigence choisie (smash, balle placée, point marqué en deux touches de balle maxi, etc.);
- situations de double, etc.

Cet exemple en tennis de table illustre le travail de conception dans lequel les équipes de collège ont à s'engager pour mettre en place, à travers l'EPS, une éducation corporelle par et pour les APSA au service d'un projet de formation plus global. La plus grande autonomie des équipes doit leur permettre de définir des parcours de formation en EPS s'appuyant sur les APSA, construits en référence aux domaines du socle commun et prenant en compte les besoins des élèves.

Carole Sève,

Inspectrice générale de l'Éducation nationale.

Catherine Decure,

Professeure agrégée d'EPS,

Lycée polyvalent européen S. Hessel, Épernay (51).

Régis Galek,

Professeur agrégé d'EPS,

Collège Paul Verlaine, Maizières-lès-Metz (57).

1. SÈVE C., TERRÉ N., *L'EPS du dedans. Pour un enseignement inclusif, citoyen et ouvert vers le futur.* Dossier EP&S n° 84, Éditions EP&S, 2016.

2. Le terme de séquence (suite de leçons organisées) est préféré au terme « cycle » longtemps employé en EPS dans le second degré pour « cycle d'apprentissage » mais qui présente une ambiguïté depuis l'instauration des cycles (2, 3, 4) qui organisent la scolarité obligatoire.

3. Nous rappelons que si l'ensemble des AFC d'un champ d'apprentissage doit être travaillé et développé à l'échelle d'un cycle, ceci n'est pas une obligation à l'échelle d'une séquence d'apprentissage dans une APSA.

4. Nous appelons « situation de référence », un dispositif d'enseignement-apprentissage mobilisant les acquisitions visées, permettant à la fois aux élèves d'identifier les acquisitions à construire pour développer la compétence formulée et d'apprécier les progrès réalisés.

5. GALEK R., « Tennis de table cycle 3 « Joue tout en coup droit » », *Les cahiers du CEDREPS*, n° 15, 2016.

6. <http://videos.education.fr/MENESR/eduscol.education.fr/2015/educping/Le-Partenaire-en-Or.mp4>

7. BELLARD S., « Évaluation : quand le quantitatif révèle le qualitatif », *Revue EPS*, n° 321, p. 31-35, 2006.

3. Exemples de thèmes de travail

Pour la relance

Je retourne sur... (le coup droit, le revers de mon adversaire).
Je retourne long.
Je retourne en attaque.
Je retourne avec... (le coup droit, le revers).
Lors de l'attente du service, je suis... loin (au moins 1 m de la table), excentré (sur le revers)...

Pour le service

Je sers sur le coup droit.
Je sers sur le revers.
Je sers court.
Je sers long et rapide sur le ventre.
Je sers coupé.
Je sers avec le revers.
Je sers en étant excentré sur le côté coup droit...

Pour le joueur

Je n'attaque jamais avant mon adversaire.
J'essaie d'attaquer avant mon adversaire.
Je joue en défense.
Je joue loin de la table.
Je joue en maximum en coupé.
Je joue tout en coup droit...

