

Pongiste profiler : mon profil de jeu en 3^{ème}

Auto-évaluation et co-évaluation.

Entoure les éléments du tableau qui te correspondent le mieux. Aide-toi d'un camarade observateur pour décrire ton jeu.

Nom, prénom, classe :

Nom du camarade :

PROFIL SPATIAL	<p>OBSERVATEUR : ENTOURER LE JOUEUR observé ; Mettre des croix sur cette fiche à l'endroit où SES balles tombent – dans la demi-table adverse - ;</p> <div style="text-align: center;"> </div>			
PROFIL TECHNIQUE	<p>Mon service est-il réglementaire ?</p> <p>Jamais - Parfois Souvent -Toujours</p>	<p>Positionnement par rapport à la balle : suis-je bien placé par rapport à la balle (de profil en CD, la balle devant moi à hauteur du nombril, mon coude n'est pas collé à mon ventre)</p> <p>Jamais - Parfois - Souvent –Toujours</p>	<p>Quels types de coups ou de techniques j'utilise de façon préférentielle ?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Coup droit - Revers ◆ JEU à EFFETS : - Top spin - coupé - Effet latéral <p>Je n'en sais rien.</p>	
PROFIL PSYCHOLOGIQUE	<ul style="list-style-type: none"> - Je m'énerve, je perds mes moyens (et souvent je perds le point). - Je me contrôle et reste concentré mais parfois fébrile (fragile) sur les points décisifs (importants) - Je reste toujours calme , même sur les points décisifs. 			
PROFIL TACTIQUE	<p>Frappes et Trajectoires produites.</p> <p>* <u>Mes frappes sont précises et fortes :</u> Jamais- Parfois – Souvent- Toujours</p> <p>*<u>Entoure les trajectoires que tu produis :</u></p> <div style="text-align: center;"> </div>	<p>Mon service est-il « dangereux » pour l'adversaire (le met-il en difficulté ?) ?</p> <p>Jamais - Parfois Souvent - Toujours</p>	<p>L'intention tactique simple</p> <p>*est-ce que je recherche à gagner le point ? Jamais - Parfois Souvent –Toujours</p> <p>*est-ce que j'essaie de gagner le point le plus vite possible après le service ? Jamais - Parfois Souvent –Toujours</p>	<p>Je suis plutôt :</p> <ul style="list-style-type: none"> ☞ un RENVOYEUR (je renvoie comme je peux ; mon intention est de la passer par-dessus le filet) ☞ un ATTAQUANT PLACEUR droite/gauche ☞ un ATTAQUANT PLACEUR fond de table/derrière filet ☞ un ATTAQUANT avec un JEU RAPIDE (smash ; trajectoires rasantes)
PROFIL ENERGETIQUE	<p>Déplacements : suis-je souvent en retard par rapport à la balle ?</p> <p>*Est-ce que je touche les balles que l'on m'envoie : Jamais - Parfois - Souvent –Toujours</p> <p>*Est-ce que je me déplace beaucoup de droite à gauche ? Jamais - Parfois - Souvent –Toujours</p> <p>*Est-ce que je me déplace beaucoup loin derrière la table ? Jamais - Parfois - Souvent –Toujours</p>			