



PROCESSUS D'APPRENTISSAGE FRAPPE

LE NIVEAU DE JEU DU JOUEUR ÉLÈVE ADULTE

COUPS APRÈS REBOND

SERVICE

FILET

1.0

Ce joueur commence à jouer au tennis.

¾ DU TERRAIN

1.5

Capable d'échanger, mais a une constance limitée par un manque de contrôle : moins de 6 coups consécutifs dans les échanges.

Exécute 6/10 en balles arquées.

Capable d'exécuter 2-3 volées consécutives d'une balle venant du ¾ de terrain dans un échauffement d'avant match.

FOND DE TERRAIN

2.0

Capable d'échanger, mais a une constance limitée par un manque de contrôle : moins de 6 coups consécutifs dans les échanges.

Exécute 6/10 en balles arquées.

Capable d'exécuter 2-3 volées consécutives d'une balle venant du fond de terrain dans un échauffement d'avant match.

2.5

Capable d'échanger 6 à 8 coups consécutifs sur réception de balles faciles.

Exécute 8/10 en balles arquées.

Capable d'exécuter 3-4 volées consécutives d'une balle venant du fond de terrain dans un échauffement d'avant match. Capable d'exécuter des smashes sur réception de lobs faciles.

3.0

Capable d'échanger 8 à 10 coups consécutifs. Capable de recevoir des balles plus difficiles (longues, courtes, loin à gauche, loin à droite...).

Exécute 8/10 avec des balles à trajectoire plus directe, capable de varier la direction.

Capable d'exécuter 4-5 volées consécutives dans un échauffement d'avant match. Capable d'exécuter des smashes sur réception de lobs un peu plus difficiles (lobs un peu plus profonds).

3.5

Capable d'échanger 8 à 10 coups consécutifs même sur balles plus difficiles (longues, courtes, loin à gauche, loin à droite,...). Capable de déplacer l'adversaire. Fait les bons choix de jeu selon la situation.

1ère balle plus puissante que la 2ème.
Moyenne de 6/10 sur 1ère et de 8/10 sur la 2ème.

Capable d'exécuter 5-6 volées consécutives dans un échauffement d'avant match. Capable d'exécuter des smashes sur réception de lobs plus difficiles (lobs plus profonds).

PROCESSUS D'APPRENTISSAGE FRAPPE

LE NIVEAU DE JEU DU JOUEUR ÉLÈVE JUNIOR

COUPS APRÈS REBOND

SERVICE

FILET

1

Ce joueur commence à jouer au tennis.

MICRO-TERRAIN

2

Capable de freiner une balle envoyée par l'enseignant, faire 2 jongleries et retourner la balle de l'autre côté du filet en coup droit et revers.

Exécute 4/10 en balles arquées avec le 1/8 du mouvement.

Capable d'exécuter des volées (4/10) d'une balle envoyée par l'enseignant au coup droit et au revers (alternance) du joueur

3

Capable d'échanger, en coup droit ou revers, 6 coups consécutifs ou plus (balles arquées) avec l'enseignant (coups de l'enseignant inclus) avec jongleries.

Exécute 6/10 en balles arquées avec le 1/8 du mouvement.

Capable d'exécuter des volées (6/10) d'une balle envoyée par l'enseignant au coup droit ou au revers du joueur

4

Capable d'échanger, en coup droit ou revers, 6 coups consécutifs ou plus (balles arquées) avec l'enseignant (coups de l'enseignant inclus) sans jonglerie.

Exécute 8/10 en balles arquées avec le 1/8 du mouvement.

Capable d'exécuter des volées (8/10) d'une balle envoyée par l'enseignant au coup droit ou au revers du joueur

1/2 TERRAIN

1

Capable d'échanger, mais a une constance limitée par un manque de contrôle : moins de 6 coups consécutifs dans les échanges.

Exécute 6/10 en balles arquées avec le 1/8 du mouvement.

Capable d'exécuter des volées (6/10) sur réception d'une balle arquée venant de l'enseignant

2

Capable d'échanger 6 à 8 coups consécutifs (balles arquées) sur réception de balles faciles.

Exécute 8/10 en balles arquées avec le mouvement complet.

Capable d'exécuter des volées (7/10) sur réception d'une balle éloignée (balle loin à droite, loin à gauche) venant de l'enseignant

3

Capable d'échanger 8 à 10 coups consécutifs. Capable de recevoir des balles plus difficiles (longues, courtes, loin à droite, loin à gauche...).

Exécute 8/10 en balles arquées avec le mouvement complet. Capable de varier la direction.

Capable d'exécuter des volées (7/10) sur réception d'une balle plus rapide (trajectoire plus directe) venant de l'enseignant

4

Capable d'échanger 8 à 10 coups consécutifs même sur balles plus difficiles. Capable de déplacer l'adversaire. Fait les bons choix de jeu selon la situation.

Exécute 8/10 avec des trajectoires plus directes.

Capable de varier la direction de la balle à la volée. Au smash a été initié à recevoir des lobs faciles envoyés par l'enseignant venant du 1/2 de terrain.

3/4 DU TERRAIN

1

Capable d'échanger, mais a une constance limitée par un manque de contrôle : moins de 6 coups consécutifs dans les échanges.

Exécute 6/10 en balles arquées.

Capable d'exécuter 2-3 volées consécutives d'une balle venant du 3/4 de terrain dans un échauffement d'avant match.

2

Capable d'échanger 6 à 8 coups consécutifs (balles arquées) sur réception de balles faciles.

Exécute 8/10 en balles arquées.

Capable d'exécuter 3-4 volées consécutives d'une balle venant du 3/4 de terrain dans un échauffement d'avant match.

3

Capable d'échanger 8 à 10 coups consécutifs. Capable de recevoir des balles plus difficiles (longues, courtes, loin à droite, loin à gauche...).

Exécute 8/10 avec des balles à trajectoire plus directe, capable de varier la direction.

Capable d'exécuter 4-5 volées consécutives d'une balle venant du 3/4 de terrain dans un échauffement d'avant match.

4

Capable d'échanger 8 à 10 coups consécutifs même sur balles plus difficiles. Capable de déplacer l'adversaire. Fait les bons choix de jeu selon la situation.

1ère balle plus puissante que la 2ème. Moyenne de 6/10 sur 1ère et de 8/10 sur la 2ème.

Capable d'exécuter 5-6 volées consécutives d'une balle venant du 3/4 de terrain dans un échauffement d'avant match. Au smash a été initié à recevoir des lobs faciles envoyés par l'enseignant venant du 3/4 de terrain.

FOND DE TERRAIN

1

Capable d'échanger, mais a une constance limitée par un manque de contrôle : moins de 6 coups consécutifs dans les échanges.

Exécute 6/10 en balles arquées.

Capable d'exécuter 2-3 volées consécutives d'une balle venant du fond de terrain dans un échauffement d'avant match.

2

Capable d'échanger 6 à 8 coups consécutifs (balles arquées) sur réception de balles faciles.

Exécute 8/10 en balles arquées.

Capable d'exécuter 3-4 volées consécutives d'une balle venant du fond de terrain dans un échauffement d'avant match. Capable d'exécuter des smashes sur réception de lobs faciles.

3

Capable d'échanger 8 à 10 coups consécutifs. Capable de recevoir des balles plus difficiles (longues, courtes, loin à droite, loin à gauche...).

Exécute 8/10 avec des balles à trajectoire plus directe, capable de varier la direction.

Capable d'exécuter 4-5 volées consécutives dans un échauffement d'avant match. Capable d'exécuter des smashes sur réception de lobs un peu plus difficiles (lobs un peu plus profonds).

4

Capable d'échanger 8 à 10 coups consécutifs même sur balles plus difficiles. Capable de déplacer l'adversaire. Fait les bons choix de jeu selon la situation.

1ère balle plus puissante que la 2ème. Moyenne de 6/10 sur 1ère et de 8/10 sur la 2ème.

Capable d'exécuter 5-6 volées consécutives dans un échauffement d'avant match. Capable d'exécuter des smashes sur réception de lobs plus difficiles (lobs plus profonds).