



## 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).