

# INFORMATIONS AUX PARENTS

Version du 9 mars 2020

## Plan de la présentation

- Programme Kidstennis
- Obtention des licences
- Inscription aux tournois

# Programme Kids Tennis

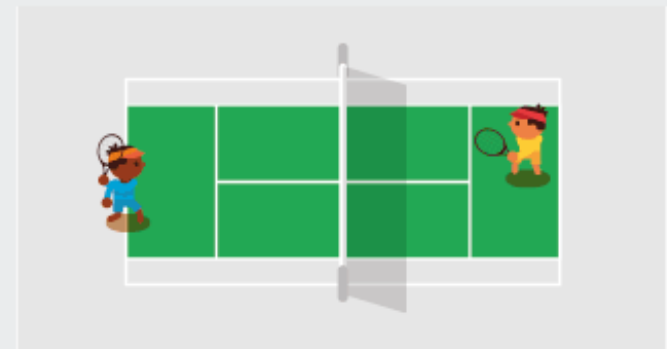
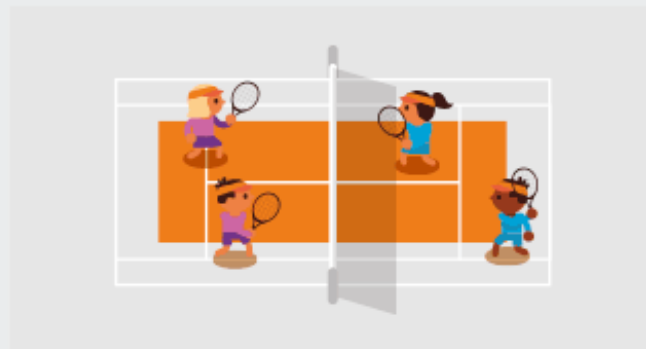
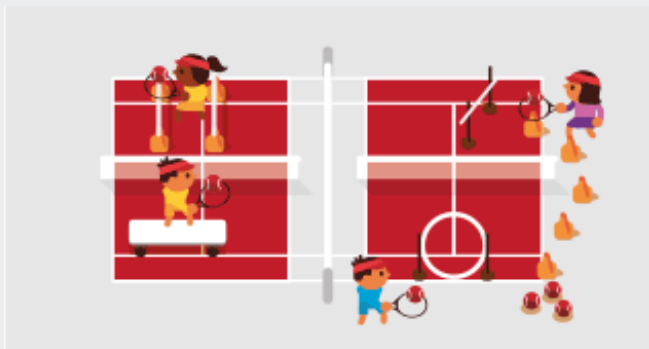
Pour toute information,  
cliquez ici

**swisstennis** 

<https://www.kidstennis.ch/fr/cheminjunior>

## Programme Kids Tennis

 3 niveaux



## Programme Kids Tennis

30 modules d'apprentissage



### Niveau Rouge

#### 1. Règles de groupe

L'enfant connaît les règles du groupe d'entraînement et participe à la leçon de tennis.

#### 2. Sautiller

L'enfant arrive à sautiller, à pieds joints, de côté (aller et retour).

#### 3. Position d'attention

Deux enfants arrivent, de la position d'attention, à se rouler la balle.

#### 4. Lancer & attraper

Deux enfants arrivent, depuis une position orientée, à se lancer (depuis hauteur de hanche) et rattraper le ballon.

#### 6. Plan de frappe

L'enfant arrive à percevoir le contact de la balle dans la raquette.

#### 5. Renvoyer la balle

L'enfant arrive à renvoyer la balle (qui lui a été envoyée à la main) avec la raquette après rebond.

#### 7. Réagir

L'enfant arrive, à partir d'une position d'attente dynamique, à attraper un ballon avant rebond.

#### 8. Servir et retourner

L'enfant arrive à servir et à retourner de façon simplifiée.

#### 9. Couverture de terrain

L'enfant arrive à renvoyer la balle de manière adaptée pour avoir le temps de couvrir le terrain.

#### 10. Règles du jeu

Les enfants arrivent à jouer des jeux de façon autonome.



### Niveau Orange

#### Sauter à la corde

L'enfant arrive à sauter à la corde à pieds joints et en courant.

#### Rotation vers l'avant

L'enfant arrive à jouer la balle depuis la ligne de fond de court (3/4 terrain) avec une rotation vers l'avant.

#### Échange

L'enfant arrive depuis la ligne de fond de court (3/4 terrain) à jouer un échange avec sécurité.

#### Servir et retourner de façon différenciée

L'enfant arrive à servir à plat ou en slice. Il arrive à retourner le service de façon adaptée à la vitesse (bloquer ou avec élan).

**Attaquer** L'enfant reconnaît une situation d'attaque et enchaîne au filet.

#### Lancer loin

L'enfant arrive à lancer la balle de tennis loin et haut.

#### Changement de direction

L'enfant arrive à courir vite dans toutes les directions avec un déplacement adapté.

#### Le feu de signalisation

L'enfant reconnaît les différentes situations de jeu (métaphore du feu de signalisation: rouge, orange, vert) et arrive à renvoyer la balle de façon adaptée.

#### Rhythmer

L'enfant arrive à percevoir le rythme de la balle.

#### Comportement en match

L'enfant sait se préparer de façon autonome pour un match et sait comment se comporter en match.



### Niveau Vert

#### Deuxième trajectoire

L'enfant arrive, au fond du court, à jouer avec sécurité et efficacité.

#### Balle d'attaque efficace

L'enfant arrive à jouer une balle d'attaque efficace et à prendre sa position au filet.

#### Servir avec efficacité

L'enfant arrive à servir avec sécurité et avec précision.

#### Ouverture adaptée du point

L'enfant arrive, lors de l'ouverture du point (service et retour), à dicter l'échange ou à neutraliser l'adversaire.

#### Prendre l'initiative

L'enfant sait ouvrir le terrain et prendre sa chance.

#### Sécurité au filet

L'enfant joue au filet avec sécurité.

#### Situation défensive

L'enfant arrive, dans une situation de défense, à renvoyer la balle de façon adaptée.

#### Jeu adapté au filet

L'enfant arrive au filet, selon les différentes situations, à renvoyer la balle de façon adaptée et/ou à conclure le point.

#### Perception de soi

L'enfant contrôle et «sent» la longueur de ses coups.

#### Contrôle de soi

L'enfant reconnaît son niveau d'activation et arrive à se contrôler.



## Programme Kids Tennis

🎾 Une fois le niveau **vert** atteint

Sans licence	Avec licence
	JUNIOR <b>CUP</b> 🎾
 Niveau Vert	JUNIOR <b>INTERCLUB</b> 🎾
	TEAM <b>CUP</b> 🎾
	swisstennis 🎾
	

## Obtention des licences

- **2009 ou plus vieux:** commande auprès de Fabien Cuennet à [fabien.cuennet@gmail.com](mailto:fabien.cuennet@gmail.com)
  
- **2010 ou plus jeune:** programme Kids Tennis
  1. **Les parents** créent un compte pour leur enfant afin d'obtenir un login
  2. **L'entraîneur** recherche les enfants dans une base de données
  3. **L'entraîneur** valide les différents modules d'apprentissage

## Inscription aux tournois

- 🎾 **Sans licence:** tournois Kids Tennis  
<https://www.kidstennis.ch/fr>
- 🎾 **Avec licence:** tournois Juniors SwissTennis  
<https://www.swisstennis.ch/fr>