

# PLANNING ANNEE 2021-2022

## Tennis Club Créteil Mont-mesly

APPRENTISSAGE / REVISION : COUP DROIT (CD) ET REVERS				
Période du 25 septembre au 24 octobre				
	Blanc/Violet	Rouge	Orange	Vert
25 - 26 septembre	Apprentissage du CD et revers + exercices sous forme de jeux.			Rappel de la technique CD et revers
2 - 3 octobre	Apprentissage + exercices sur le CD			
9 - 10 octobre	Apprentissage + exercices sur le revers			
16 - 17 octobre	Revoir CD et revers	Exercices sur le revers et CD (Ex : carrés magiques en CD)		
23 - 24 octobre	Exercices sous forme de petits matchs (x : montantes descendantes, jeu du roi...) avec pour finalité le travail du revers et du CD.			

## VACANCES DE TOUSSAINT

INTENSION DE JEU (IDJ) : MOBILITE ET GESTION DU TERRAIN				
Période du 8 novembre au 19 décembre				
	Blanc/Violet	Rouge	Orange	Vert
13 - 14 novembre	Travail sur le déplacement (droite-gauche)		Idem + Déplacement vers l'avant et en diagonal	
20 - 21 novembre	Avancer dans le terrain : méthodes et stratégies		Accélérer son jeu	Accélérer et ralentir son jeu + mise en situation
27 - 28 novembre	Attaquer pour gagner		Ralentir son jeu	
4 - 5 décembre	Viser un endroit précis	Intension de jeu : travail de précision à la fois sur le CD et revers		
11 - 12 décembre	Récapitulatif de l'année	Travailler sur le mental en match + apprentissage du Tie Break		
18 - 19 décembre	<b>PETIT TOURNOI de NOEL – heures de cours habituelles</b>			

## VACANCES DE NOEL

SERVICE ET VOLEE				
Période du 3 janvier au 20 février				
	Blanc/Violet	Rouge	Orange	Vert
8 - 9 janvier	Le service sans la raquette	Apprentissage du service et du comptage des points en match. (Ex : petits matchs à thème)		Travail 1 <sup>er</sup> service, stabilité sur le 2 <sup>nd</sup> . + apprendre les services à effets.
15 - 16 janvier	Blanc : Apprendre à engager et jouer en match + tir au but	Apprentissage du service + retour de service	Commencer à différencier les 2 services et parler des effets (le lift peut suffire selon l'avancée du groupe) + revoir techniquement la volée + smash + retour de service	Travail services + retour de service + jeu en match.
22 - 23 janvier	Violet : travail du service avec raquette puis de l'enchaînement avec les autres coups	Apprentissage volée + matchs avec volées		Travail de la volée + smash techniquement et tactiquement. Travail service-volée. Récapitulatif sous forme de matchs.
29 - 30 janvier	Travail de la volée + attaque.	Exercices sur l'attaque avec la volée, le smash, ou la montée après le service.		
5 - 6 février	Revoir tout depuis le début de l'année en vue de l'évaluation.			
12 - 13 février	<b>EVALUATIONS</b>			
19 - 20 février	<b>TOURNOI INTERNE 1 – Gymnase</b>			

## VACANCES DE FEVRIER

TACTIQUES DE JEU				
Période du 7 mars au 24 avril				
	Blanc/Violet	Rouge	Orange	Vert
12 – 13 mars	Revoir CD + Revers dans les matchs (longue ligne et croisés)			
19 - 20 mars	Revoir le placement + déplacement + intentions de jeu dans les matchs			
26 – 27 mars	Blanc : jeux sous forme de matchs. Développer l'esprit de compétition  Violet : idem +Revoir le service	Revoir le service + comment utiliser la volée + les smash (orange et vert) dans les matchs + travailler le retour de service		
2 – 3 avril	Blanc : Commencer à faire jouer sur filet les enfants avancés  Violet : Ceux à 2 rebonds commencent à n'en faire plus qu'un.	Travailler l'anticipation + réactivité + stratégie pendant les matchs		Apprendre les effets : lifter la balle sur le terrain +coupé en CD et revers
9 – 10 avril	Travailler sur les lacunes	Travailler le coupé	Revoir les effets (vert) + travailler les effets (orange)	
16 – 17 avril	Récapitulatif de l'année + préparer le tournoi			
23 – 24 avril	<b>TOURNOI INTERNE 2 – Gymnase</b>			

## VACANCES DE PAQUES

APPRENTISSAGE LIBRE				
Période du 9 mai au 26 juin				
	Blanc/Violet	Rouge	Orange	Vert
14 - 15 mai	Travail sous forme de matchs.			
21 – 22 mai	<b>EVALUATIONS</b>			
<b>28 - 29 mai</b>	<b>FERIE</b>			
4 – 5 juin	<b>TOURNOIS d'ETE</b>			
11 – 12 juin	<b>TOURNOIS d'ETE</b>			
18 – 19 juin	<b>TOURNOIS d'ETE</b>			
<b>Dimanche 26 juin</b>	<b>FETE DU CLUB / DES FAMILLES</b>			