SEANCE J&M
TERRAIN BLANC

Groupe :	
Date :	
Horaires :	

MATCHS Noms Noms	A	B	C	D	E	F
A						
B						
C						
D						
E						
F						

ROTATIONS POUR 6 JOUEURS

1	A/F	B/E	C/D
2	A/E	B/D	C/F
3	A/D	B/C	E/F
4	A/C	B/F	D/E
5	A/B	C/E	D/F

OBSERVATIONS **Etre capable de :**	**NOMS**											
	acquis (A) / en cours d'acquis. (ECA)	**A**	**ECA**	**A**	**ECA**	**A**	**ECA**	**A**	**ECA**	**A**	**ECA**	**A**	**ECA**
COMPORTEMENT/ARBITRAGE / TACTIQUE												
- Jouer des matchs 1er à 3 points		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
- Serrer la main de son adversaire et de l'arbitre à la fin du match		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
- Engager avec une intention		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
- Jouer des coups droits et des revers		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
- Jouer où l'adversaire n'est pas		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
- Avancer dans le court pour attaquer		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
NIVEAU BLANC		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

SEANCE J&M
TERRAIN VIOLET

Groupe :	
Date :	
Horaires :	

MATCHS Noms Noms	A	B	C	D	E	F
A						
B						
C						
D						
E						
F						

ROTATIONS POUR 6 JOUEURS

1	A/F	B/E	C/D
2	A/E	B/D	C/F
3	A/D	B/C	E/F
4	A/C	B/F	D/E
5	A/B	C/E	D/F

OBSERVATIONS	NOMS											
Etre capable de :	**acquis (A) / en cours d'acquis. (ECA)**	**A**	**ECA**	**A**	**ECA**	**A**	**ECA**	**A**	**ECA**	**A**	**ECA**	**A**	**ECA**
COMPORTEMENT/ARBITRAGE/TACTIQUE													
- Jouer des matchs 1er à 7 points		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
- Reconnaître une balle bonne d'une balle faute		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
- Jouer tous les 1ers services au-dessus de la tête avec 40% de réussite		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
- Réussir 5 échanges (10 frappes) avec un partenaire		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
- Faire des volées		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
NIVEAU VIOLET		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

SEANCE J&M
TERRAIN ROUGE

Groupe :	
Date :	
Horaires :	

MATCHS Noms / Noms	A	B	C	D	E	F
A						
B						
C						
D						
E						
F						

ROTATIONS POUR 6 JOUEURS

1	A/F	B/E	C/D
2	A/E	B/D	C/F
3	A/D	B/C	E/F
4	A/C	B/F	D/E
5	A/B	C/E	D/F

OBSERVATIONS	NOMS											
Etre capable de :	**acquis (A) / en cours d'acquis. (ECA)**	**A**	**ECA**	**A**	**ECA**	**A**	**ECA**	**A**	**ECA**	**A**	**ECA**	**A**	**ECA**
COMPORTEMENT/ARBITRAGE/TACTIQUE													
Jouer des jeux décisifs		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
- Annoncer les balles fautes et le score à voix haute		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
- Participer à un plateau rouge		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
- Jouer tous les 1ers et les 2es services au-dessus de la tête		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
- Déplacer l'adversaire en jouant croisé ou long de ligne		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
- Se replacer après la frappe en regardant le terrain adverse		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
- Jouer en double		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
NIVEAU ROUGE		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

SEANCE J&M
TERRAIN ORANGE

Groupe :	
Date :	
Horaires :	

MATCHS Noms / Noms	A	B	C	D	E	F
A						
B						
C						
D						
E						
F						

ROTATIONS POUR 6 JOUEURS

1	A/F	B/E	C/D
2	A/E	B/D	C/F
3	A/D	B/C	E/F
4	A/C	B/F	D/E
5	A/B	C/E	D/F

OBSERVATIONS	NOMS											
Etre capable de :	acquis (A) / en cours d'acquis. (ECA)	A	ECA	A	ECA	A	ECA	A	ECA	A	ECA	A	ECA
COMPORTEMENT/ARBITRAGE/TACTIQUE													
- Jouer des matchs dans le mode jeu, en simple et en double		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
- Arbitrer un match 1er à 2 jeux		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
- Participer à un plateau orange		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
- Respecter les décisions d'un arbitre		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
- Servir en ayant une intention agressive sur son 1er service		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
- En retour, prendre l'avantage sur le 2e service adverse		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
- Attaquer en jouant dans l'espace libre, en montant au filet ou en tapant plus fort		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
- Défendre en se donnant du temps pour se replacer													
- Se positionner correctement en début de point, en simple et en double		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
NIVEAU ORANGE		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

SEANCE J&M
TERRAIN VERT

Groupe :	
Date :	
Horaires :	

MATCHS Noms Noms	A	B	C	D
A				
B				
C				
D				

OBSERVATIONS	**NOMS**											
Etre capable de :	**acquis (A) / en cours d'acquis. (ECA)**	**A**	**ECA**	**A**	**ECA**	**A**	**ECA**	**A**	**ECA**	**A**	**ECA**	**A**	**ECA**
COMPORTEMENT/ARBITRAGE/TACTIQUE													
- Participer à un plateau vert ou une compétition verte		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
- Arbitrer un match		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
- Respecter les principes de la partie sans arbitre		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
- Réussir la quasi-totalité de ses 2es services		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
- Reconnaître les différentes situations		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
- Adapter ses réponses aux différentes situations en utilisant tous les coups du tennis : volée, lob, smash, amorti,…		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
- En double, faire servir-volée et/ou retour-volée		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
- Intercepter en double													
NIVEAU VERT		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐