

## Contenus spécifiques des disciplines Semaine Haute école de Macolin (SHEM) CM sport scolaire J+S

---

# Tennis

### Semaine Haute école de Macolin – cours moniteur – Sport scolaire J+S

#### Enseignement

Matin et après-midi

#### Nombre de jours :

2 x 1/2 jour

#### Méthodes d'enseignement et d'apprentissage

Travail pratique, feuilles de travail, discussions, enseignement en atelier, enseignement frontal

#### Conditions

Nous recommandons une préparation au tennis, en cas de difficulté.

Une évaluation aura lieu à la fin (voir justification des connaissances acquises).

#### Responsables

Marcel Meier (planification), Angel Sulleiro et Samuel Favre (enseignement)

#### Remarques:

#### Objectifs de la semaine:

Expérimenter un enseignement intéressant au niveau „Débutants

- S'interroger sur l'enseignement et reconnaître les objectifs et les contenus pour l'enseignement avec des débutants dans le cadre du sport scolaire et du sport associatif

#### Contenus:

- Seul – Toucher de balle
- Evaluer les trajectoires
- A deux: situations de jeu de base - servir, retourner, les deux joueurs en fond de court, monter au filet, l'adversaire monte au filet
- Jeu en simple et en double, formes de tournois
- Profil d'exigences, tactique, qualités de coordination - technique, psychisme, condition physique
- Degrés d'enseignement et d'apprentissage, GAG, enseignement en groupe. Tactique: utilisation de zones cibles
- Concepts clés pour l'enseignement et l'entraînement
- Planification d'une leçon captivante et d'un cours intéressant

### **Justification des connaissances acquises**

Deux candidats jouent des balles sans rotation. Ils jouent lentement sur toute la surface du court (niveau légèrement avancé) et démontrent des échanges de balles où les 5 situations de jeu reviennent régulièrement. Evaluation: adaptation à la situation, mouvements simples et rationnels, timing et rythme, créativité.

### **Bibliographie:**

- Manuel J+S Tennis, Edition 2002
- Des idées percutantes, Swiss Tennis, [www.kidstennis.ch](http://www.kidstennis.ch)
- Tennis de A à Y, Jean Brechbühl
- [www.jeunesseetsport.ch](http://www.jeunesseetsport.ch) -> Tennis
- [www.swisstennis.ch](http://www.swisstennis.ch) -> Formation

### **Equipement**

Des raquettes de tennis sont à disposition.

Des chaussures appropriées aux courts en terre battue sont exigées ainsi que des chaussures pour la salle.