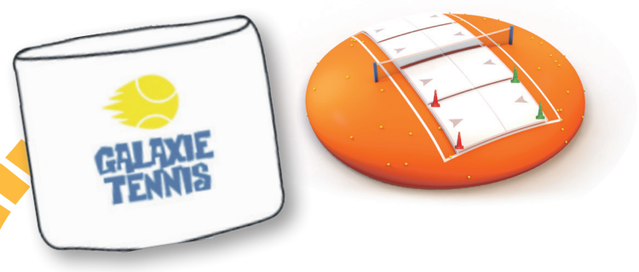
GALAXIE TENNIS

Le programme d'enseignement de la FFT à destination des enfants de moins de 11 ans. Courts, raquettes et balles adaptés, matchs en simple, en double ou par équipes : une formule ludique pour renforcer le goût du jeu et du match chez les enfants.

CRITÈRES DE PASSAGE D'UN NIVEAU À L'AUTRE ; L'ENFANT EST CAPABLE DE :

NB : TOUT CRITÈRE ACQUIS SUR UN TERRAIN DOIT LE RESTER SUR LES TERRAINS SUPÉRIEURS

NIVEAU BLANC



COMPORTEMENT
- Serrer la main de son adversaire et de l'arbitre à la fin du match

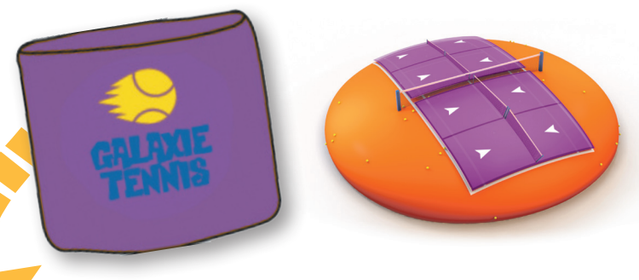
ARBITRAGE
- Attendre que l'autre joueur(se) soit prêt(e) avant d'engager
- Engager à tour de rôle

TACTIQUE
- Se placer en début de point
- Jouer où l'adversaire n'est pas
- Se replacer

TECHNIQUE
Fond de court :
- Tenir la raquette en bout de manche
- Tenir la raquette dans les 2 mains en début de point
- Jouer en coup droit et en revers en différenciant les faces du tamis
- Jouer des revers à une main et à 2 mains

Jeu de jambes :
- Se dégager des trajectoires

NIVEAU VIOLET



COMPORTEMENT
- Annoncer les balles fautes et le score à haute voix

ARBITRAGE
- Reconnaître une balle bonne d'une balle faute
- Suivre et mémoriser le score

TACTIQUE
- Réussir plusieurs frappes à la suite

TECHNIQUE
Service :
- Adopter la bonne position de départ
- Frapper au-dessus de la tête

Fond de court :
- Adopter en retour de service une attitude d'attention main libre au cœur de la raquette
- Frapper la balle en avant du corps, en coup droit
- Frapper la balle en avant du corps, en revers

Jeu de jambes :
- Frapper en restant stable

NIVEAU ROUGE

ARBITRAGE
- Effectuer un jeu décisif

TACTIQUE
- Déplacer l'adversaire
- Effectuer des volées

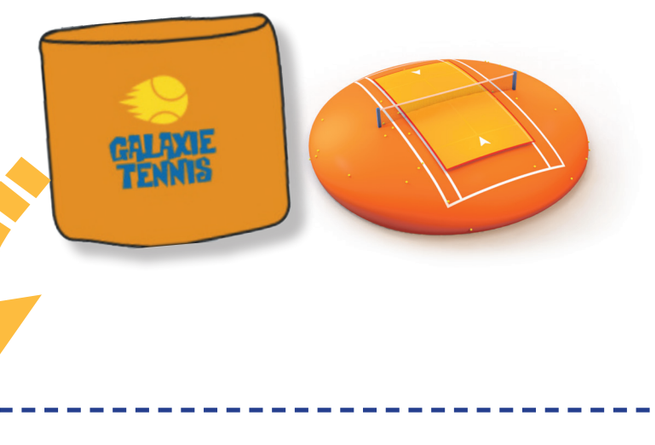
TECHNIQUE
Service :
- Servir en passant par la position armée
- Etre en équilibre

Fond de court :
- Reprendre la raquette dans les 2 mains entre chaque frappe
- Différencier les prises de coup droit et revers
- Préparer en coup droit avec le tamis au-dessus de la main
- Préparer en revers avec le tamis au-dessus de la main

Jeu au filet :
- Frapper devant soi

Jeu de jambes :
- Etre actif entre les frappes

NIVEAU ORANGE



COMPORTEMENT
- Gérer d'éventuels désaccords avec son adversaire

ARBITRAGE
- Compter dans le mode « jeu »

TACTIQUE
- Attaquer en accélérant le jeu
- Défendre en ralentisssant le jeu
- Utiliser les effets
- Accélérer son 1er service
- Prendre l'avantage sur la 2e balle
- Se positionner au début du point, en simple
- Se positionner au début du point, en double

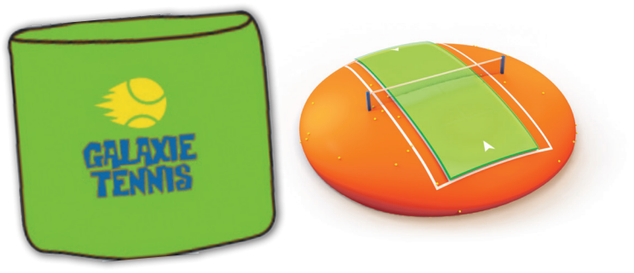
TECHNIQUE
Service :
- Servir avec de l'effet slicé

Fond de court :
- Adopter une attitude d'attention dynamique avec épaules et bras relâchés

Jeu au filet :
- Frapper devant soi en avançant

Jeu de jambes :
- Glisser sur TB
- S'équilibrer / Enchaîner

NIVEAU VERT



COMPORTEMENT
- Respecter son adversaire et conserver une attitude correcte en toute circonstance

ARBITRAGE
- Être autonome dans la gestion des règles

TACTIQUE
- Utiliser son coup fort
- Intercepter en double

TECHNIQUE
Service :
- Servir slicé ou lifté en 2e balle

Fond de court :
- Traverser la balle

Jeu de jambes :
- Accélérer / Freiner

Illustrations : Bertrand Mayerberger / L'un & l'autre.

TENNIS FÉDÉRATION FRANÇAISE
BNP PARIBAS La banque d'un monde qui change
ENGIE