



LA GALAXIE TCP

Le TCP a pour ambition de proposer un enseignement exigeant et ludique prenant en compte l'ensemble des dimensions du tennis.

Pour cela, chaque enfant de l'école de tennis évolue dans un format de jeu adapté (blanc, violet, rouge, orange, vert et jaune).

Au fil de l'année, l'enfant remporte des trophées. Le but du jeu est d'obtenir au moins 5 trophées (dont le trophée Jannik Sinner) pour accéder au format supérieur.

Vous pourrez consulter sur votre compte TCP Kirola à la fin de chaque trimestre les progrès de votre enfant.

BLANC	VIOLET	ROUGE	ORANGE	VERT	JAUNE
<ul style="list-style-type: none"> terrain de 6 à 8 m sans filet ballon paille ou violet raquette 17 ou 19 pouces 4 à 6 ans 	<ul style="list-style-type: none"> terrain 8 à 10 m balle violette ou mousse raquette 19 à 21 pouces 5 à 7 ans 	<ul style="list-style-type: none"> terrain 12 à 15 m balle rouge raquette 21 à 23 pouces 5 à 10 ans 	<ul style="list-style-type: none"> terrain 18 à 20 m balle orange raquette 23 pouces 7 à 12 ans 	<ul style="list-style-type: none"> terrain 22 à 24 m balle verte raquette 25 à 26 pouces 8 à 14 ans 	<ul style="list-style-type: none"> terrain 22 à 24 m balle jaune raquette 26 pouces et + 10 ans et +



Trophée Jannik Sinner
★ la régularité



Trophée Iga Swiatek
★ comportement & règles du jeu



Trophée Carlos Alcaraz
★ objectifs tactiques



Trophée Serena Williams
★ service



Trophée Coco Gauff
★ fond du court



Trophée Novak Djokovic
★ jeu de jambes



Trophée Nicolas Mahut
★ jeu au filet

<ul style="list-style-type: none"> Je suis capable de faire 6 échanges en faisant rouler le ballon avec un professeur Je suis capable de faire 3 échanges en faisant rouler le ballon avec un(e) ami(e) 	<ul style="list-style-type: none"> Je suis capable de faire 6 échanges avec rebond(s) avec un professeur Je suis capable de faire 3 échanges avec rebond(s) avec un(e) ami(e) Je joue tous les 1^{ers} services au-dessus de la tête. Je réussis au moins 4 service sur 10 	<ul style="list-style-type: none"> Je suis capable de faire 10 échanges avec un professeur en commençant par un service Je suis capable de faire 5 échanges avec un(e) ami(e) en faisant des coups droits & des revers, et en commençant par un service Je joue tous les services au-dessus de la tête. Je réussis 7 services sur 10 dans le court 	<ul style="list-style-type: none"> Je suis capable de faire 10 échanges avec un professeur en commençant par un service Je suis capable de faire 5 échanges avec un(e) ami(e) et en commençant par un service Je sers en diagonale avec 7 services sur 10 dans le bon carré 	<ul style="list-style-type: none"> Je suis capable de faire 20 échanges avec un professeur en commençant par un service Je suis capable de faire 10 échanges avec un(e) ami(e) et en commençant par un service Je sers en diagonale avec 7 services sur 10 dans le bon carré 	<ul style="list-style-type: none"> Je suis capable de faire 20 échanges avec un professeur en commençant par un service Je suis capable de faire 10 échanges avec un(e) ami(e) en commençant par un service Je sers en diagonale avec 5 services sur 10 dans la bonne zone
<ul style="list-style-type: none"> Je joue des matchs 1^{er} à 3 points 	<ul style="list-style-type: none"> Je sais reconnaître un point gagné 	<ul style="list-style-type: none"> Je sais jouer un jeu décisif 	<ul style="list-style-type: none"> Je sais jouer un set de 3 jeux en simple et en double 	<ul style="list-style-type: none"> Je sais arbitrer un match 	<ul style="list-style-type: none"> Je joue un tournoi
<ul style="list-style-type: none"> Je suis capable d'être partenaire 	<ul style="list-style-type: none"> J'attends que mon partenaire soit prêt avant d'envoyer la 1^{re} balle de l'échange 	<ul style="list-style-type: none"> J'annonce le score et je me positionne derrière la ligne quand je sers 	<ul style="list-style-type: none"> Je me positionne correctement en début de point et j'annonce le score quand je sers 	<ul style="list-style-type: none"> Je connais les règles simples de la partie sans arbitre 	<ul style="list-style-type: none"> Je suis capable d'analyser un match (points positifs, points à améliorer)
<ul style="list-style-type: none"> Je protège mon camp 	<ul style="list-style-type: none"> Je fais rebondir la balle dans le camp adverse, au-dessus de l'obstacle 	<ul style="list-style-type: none"> Je remets la balle dans le court une fois de plus que mon adversaire 	<ul style="list-style-type: none"> Je sais jouer dans l'espace libre 	<ul style="list-style-type: none"> J'attaque dans l'espace libre 	<ul style="list-style-type: none"> Je repère et je joue le point faible de l'adversaire
<ul style="list-style-type: none"> J'engage avec une intention 	<ul style="list-style-type: none"> Je gagne en faisant moins de fautes que mon adversaire 	<ul style="list-style-type: none"> Je joue là où l'adversaire n'est pas 	<ul style="list-style-type: none"> Je joue haut en défense 	<ul style="list-style-type: none"> J'utilise mon coup fort 	<ul style="list-style-type: none"> Je sais choisir entre faire jouer ou prendre l'avantage sur les 2 premières frappes
<ul style="list-style-type: none"> Je tiens ma raquette au bout du manche 	<ul style="list-style-type: none"> Je suis en équilibre avant de lancer la balle 	<ul style="list-style-type: none"> J'ai un lancer régulier avec le pied avant qui ne bouge pas 	<ul style="list-style-type: none"> Je sais reconnaître la prise marteau 	<ul style="list-style-type: none"> Je différencie le 1^{er} et 2^{ème} service par la vitesse 	<ul style="list-style-type: none"> Je différencie la 1^{ère} et la 2^{ème} balle par le choix de la zone
<ul style="list-style-type: none"> Je sais frapper un ballon de boudruche au-dessus de la tête 	<ul style="list-style-type: none"> J'ai une bonne tenue de raquette au début du service 	<ul style="list-style-type: none"> Je sais servir en différenciant l'action du bras droit et du bras gauche 	<ul style="list-style-type: none"> Je fais une boucle 	<ul style="list-style-type: none"> Je sais faire un effet slicé 	<ul style="list-style-type: none"> Je suis capable de viser une zone en utilisant un effet
<ul style="list-style-type: none"> Je différencie coup droit & revers 	<ul style="list-style-type: none"> J'oriente mon corps du bon côté 	<ul style="list-style-type: none"> En coup droit je prépare avec la raquette au dessus de la main 	<ul style="list-style-type: none"> J'utilise le bras libre 	<ul style="list-style-type: none"> Je sais jouer en prenant la balle montante et en prenant la balle descendante 	<ul style="list-style-type: none"> Je suis capable de produire différentes trajectoires (vite/tent, haut/raçant, lift/plat/coupé)
<ul style="list-style-type: none"> Je sais jouer à une main et à 2 mains des deux côtés 	<ul style="list-style-type: none"> Je frappe la balle en avant du corps, en coup droit et en revers 	<ul style="list-style-type: none"> En revers, je prépare les mains collées et au niveau de la poche 	<ul style="list-style-type: none"> J'accompagne la balle et je termine mon geste au-dessus de l'épaule 	<ul style="list-style-type: none"> Je suis capable de produire un effet lifté 	<ul style="list-style-type: none"> J'adapte la préparation à la vitesse de balle
<ul style="list-style-type: none"> Je suis en position du champion en début de point 	<ul style="list-style-type: none"> Je suis capable de couvrir le terrain Violet 	<ul style="list-style-type: none"> Je suis capable de couvrir le terrain rouge (déplacement et replacement) 	<ul style="list-style-type: none"> Je suis capable de couvrir le terrain orange (déplacement et replacement) 	<ul style="list-style-type: none"> Je suis capable de couvrir le terrain vert (déplacement et replacement) 	<ul style="list-style-type: none"> Je suis capable de couvrir le terrain jaune
<ul style="list-style-type: none"> Je me déplace vers la balle 	<ul style="list-style-type: none"> Lecture de trajectoire : j'avance ou je recule pour frapper en équilibre Je reprends la raquette dans les 2 mains entre chaque frappe 	<ul style="list-style-type: none"> J'ai une position du champion autonome (jeu de jambe et tenue de raquette) Je frappe en équilibre : les deux pieds au sol 	<ul style="list-style-type: none"> Je me déplace et me replace rapidement Je conserve mon équilibre en me déplaçant 	<ul style="list-style-type: none"> Je sais faire la reprise d'appui J'utilise les différentes formes d'appuis à la frappe 	<ul style="list-style-type: none"> Je fais une reprise d'appui systématiquement J'ancre mes appuis au sol (jambes fléchies, appuis écartés)
<ul style="list-style-type: none"> Je sais faire 3 jongles sans rebond 	<ul style="list-style-type: none"> Je sais faire 3 jongles sans rebond 	<ul style="list-style-type: none"> Je sais faire une volée de coup droit, de revers et un smash 	<ul style="list-style-type: none"> Je connais la position du volleyeur : mains avancées, pieds écartés 	<ul style="list-style-type: none"> Je volleye dans l'espace libre 	<ul style="list-style-type: none"> Je volleye avec la prise marteau
<ul style="list-style-type: none"> Je sais garder mon but 	<ul style="list-style-type: none"> Je sais renvoyer une balle sans rebond 	<ul style="list-style-type: none"> Je présente le tamis face à la balle 	<ul style="list-style-type: none"> Je suis capable d'enchaîner un coup avec rebond et un coup sans rebond 	<ul style="list-style-type: none"> Je volleye en avançant 	<ul style="list-style-type: none"> J'adapte ma préparation à la balle reçue