



## GRILLE D'EVALUATION PEDAGOGIQUE: PERFECTIONNEMENT

**Enfants à partir de 9-10 ans et + / Adultes (niveaux intermédiaire à moyen)**

<b>OBJECTIFS et APTITUDES</b>	<b>INSUFFISANT</b>	<b>MOYEN</b>	<b>PLUTOT BIEN</b>	<b>BIEN</b>
<b>NOM et PRENOM:</b>	Non acquis	Quelques bases, mais grosse marge de progression	Globalement correct, encore des progrès à faire	Acquis et maîtrisé
<b>1<sup>er</sup> Trimestre</b> <span style="float: right;"><b>SAISON: 2014/2015</b></span>				
Transfert du corps vers l'avant à la frappe				
Remplacement après de longs déplacements				
Prendre la balle tôt pour monter au filet				
Découvrir les effets (slice, lift)				
Notion tactique: rechercher des trajectoires sécurisées (haut, croisé)				
Effectuer des smashes près et loin du filet				
Service: frappe en extension, poussée des jambes				
<b>2<sup>ème</sup> Trimestre</b>				
Du fond de court: atteindre des zones de plus en plus précises				
Adapter sa préparation à la vitesse des balles reçues				
Maintien d'un plan de frappe avancé				
Effectuer des enchainements du fond de court vers le filet, avec reprise d'appuis				
Varier le jeu de fond de court (trajectoires, cadences, effets)				
Réaliser des volées de finition				
Enchaîner smash et volée de finition				
Varier la vitesse du service entre 1 <sup>ère</sup> et 2 <sup>ème</sup> balle				
Position au retour de service				
<b>3<sup>ème</sup> Trimestre</b>				
Savoir reconnaître les situations d'attaque et de défense				
Exploiter les situations d'attaque				
Rythme des coups (accélération de la raquette à la frappe)				
Effectuer des volées dans des conditions variées (hautes basses, avec ou sans déplacement latéral)				
Enchaîner volée d'approche et volée de finition				
Savoir jouer des volées longues et courtes				
Smasher dans différentes situations et différentes directions				
Initiation aux tactiques de double (position des joueurs)				
Service: améliorer les effets, viser des zones précises				
Retour de service: attaquer un service faible				