JOURNEE J&M
TERRAIN VIOLET

Groupe :	
Date :	
Horaires :	

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

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													
- Annoncer les balles fautes et le score à haute voix		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
- Reconnaître une balle bonne d'une balle faute		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
- Suivre et mémoriser le score		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
ELEMENTS TACTIQUES													
- Réussir plusieurs frappes à la suite		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
ELEMENTS TECHNIQUES													
- Service : adopter la bonne position de départ		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
- Service : frapper au-dessus de la tête		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
- 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 VIOLET		☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐