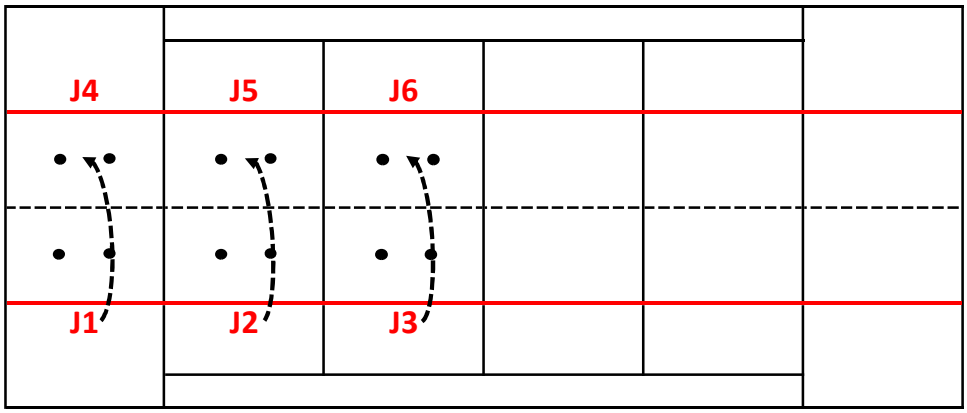
COOPÉRATION, contrôle de la direction du coup droit et revers afin de favoriser la régularité dans les échanges	PROCESSUS D'APPRENTISSAGE FRAPPE PRÉSENTÉ PAR ABM TENNIS

TEMPS : 10 minutes (ABM) – Coup droit

POINTS D'ENSEIGNEMENT	
A) Préparation :	• placer pieds et épaules en direction de la cible; • amplitude à 0.
B) La Frappe :	• trajectoire de la raquette de bas vers le haut vers la cible (corridor frappe); • point d'impact légèrement à l'avant.
Synthèse :	*Placer les pieds et les épaules en direction de la cible, frapper la balle de bas vers le haut en direction de la cible (corridor frappe).*

EXERCICE



Envoi :	En position coup droit, J1 envoie la balle à l'intérieur de la cible au sol.
Projection :	En position d'attente, J4 doit préparer la raquette à 0 avant le bond de la balle, freine, jongle (maximum 2) et joue le point (maximum 2 jongleries) face à J1.
Mobilité :	Pour avoir le droit de jouer le point (maximum 2 jongleries), J1 doit envoyer (la 1re balle) à l'intérieur de la cible au sol et J4 doit identifier (sur 1re balle reçue) coup doit ou revers avant de frapper la balle.
Système de pointage :	Le joueur qui marque le plus de point en 5 minutes.
Rotation :	Changer les rôles après 5 minutes.
Considérations (au besoin) :	• lors de la dispute du point, exiger que les balles voyagent dans la 2e fenêtre, sinon l'enseignant se réserve le droit d'annuler ou d'enlever 1 point au joueur fautif.