



PROGRAMME GALAXIE U7



OBJECTIF PLAISIR DU JEU & DU MATCH !

Programme Galaxie 7U

La démarche pédagogique

Objectifs:

- Permettre aux enfants de jouer un match en autonomie sur un format adapté
- Permettre au plus grand nombre d'atteindre le niveau orange à 7 ans

Les incidences sur la démarche pédagogique:

- Une pédagogie différenciée pour individualiser les apports
- Une pédagogie positive et encourageante (défis)
- Une pédagogie distribuée avec des apports techniques précis (points clés)
- Un apprentissage par essais-erreurs
- Une mise en situation avec objectifs mesurables et des jeux associés
- Utiliser les différents espaces pour développer le jeu (allers-retours formats)
- L'introduction progressive de la compétition (matches équipes)

La démarche pédagogique

Des compétences à acquérir chez les U7 en considérant 3 axes:

- L'enfant: développement de la personnalité propre
- Le sportif: développement des habiletés motrices
- Le joueur: développement des habiletés spécifiques (apports technico-tactiques)

Des jeux évolutifs pour motiver l'enfant en respectant son imaginaire



ORGANISATION DE SEANCES EN ATELIERS

Programme Galaxie 7U

Organisation de séances en ateliers

Tactique-Jeu-Match

Faire courir l'adversaire

Ne pas jouer 2x de suite dans la même zone

Dévt moteur-Ed. physique

Courses, lancers, coordination œil-main

Amélioration du temps de réaction

Technique-Savoir-faire

Appuis/Equilibre/Jeu de Jambes

Production de différentes trajectoires

Organisation de séances en ateliers

- Formule 1h ou 1h30 sur 1 court

Possibilité d'accueillir 14/16 enfants de niveau violet, rouge

3 ateliers avec 2 zones de jeu chacun

1 enseignant « leader » et 4 répétiteurs ou « assistants » (parents, jeunes...)

Plus de variété, d'intensité, de frappes

Optimisation de l'espace avec des allers-retours entre les différents formats de jeu

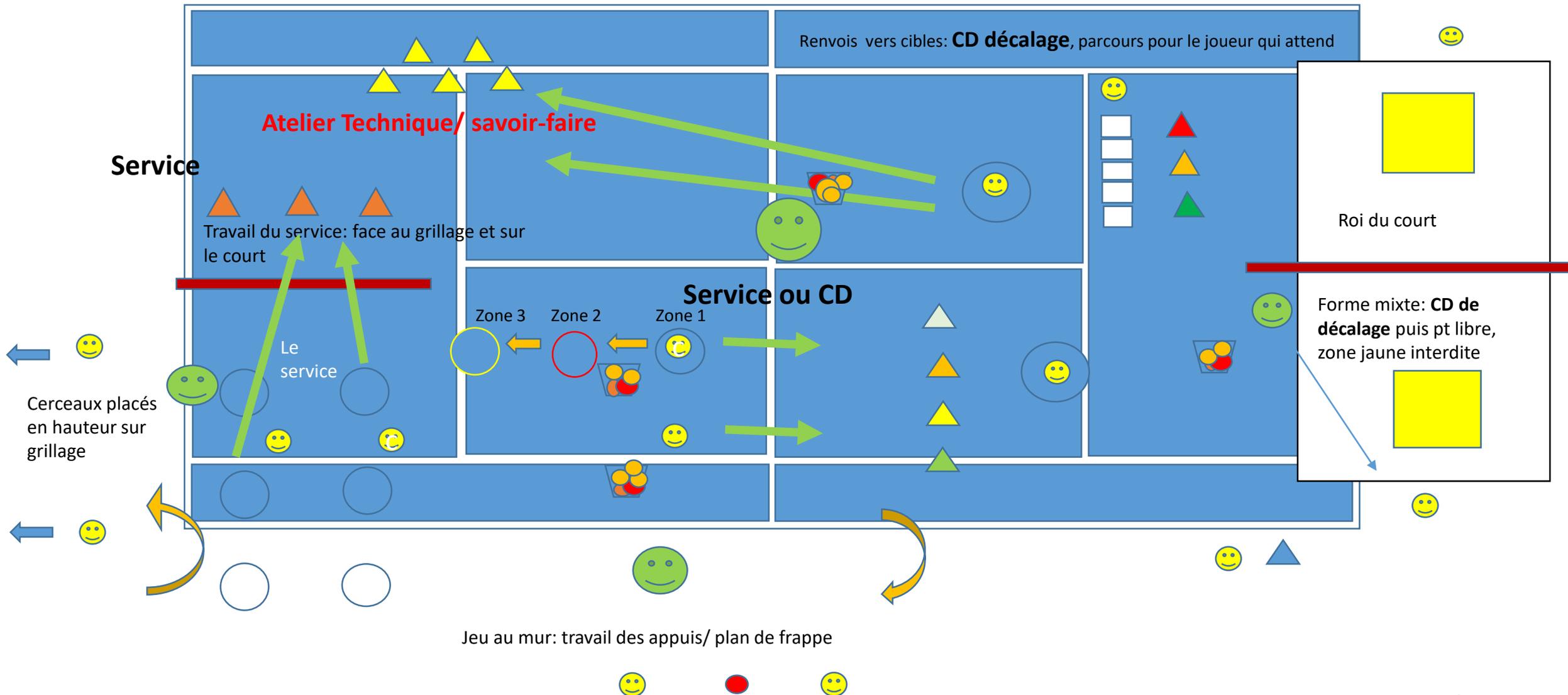
Plus de vie dans le club

Atelier motricité: 10' en début de séance pour tous les enfants: relais, lancers, tps de réaction

Organisation 2: 12-16 enfants, 1 DE spécialiste, 3 répétiteurs, 3 ateliers / 6 zones de jeu

Thème: Faire courir l'adversaire

Atelier Tactique/match



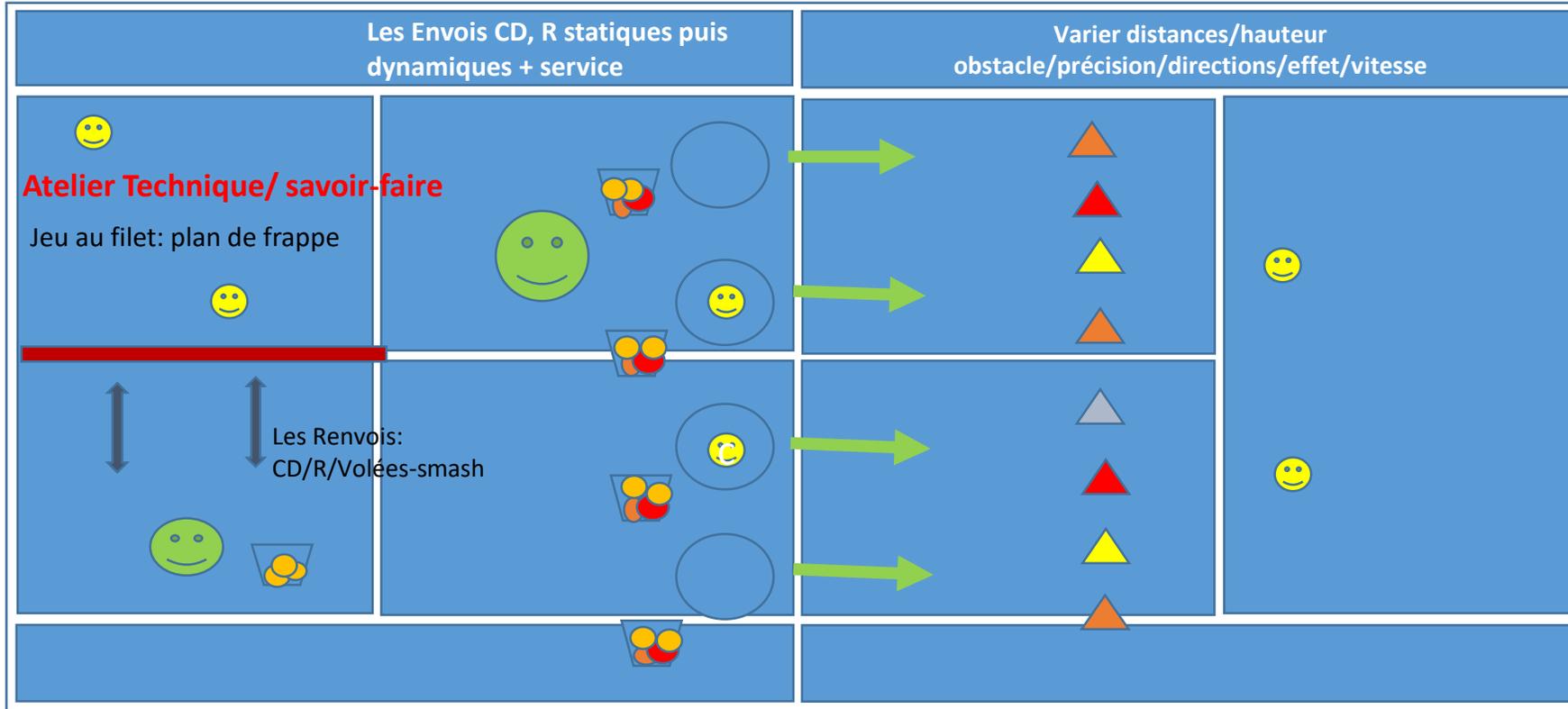
Atelier motricité: circuit avec courses, lancer + service



Cerceaux placés en hauteur sur grillage



Organisation 1: 14/16 enfants, 3 ateliers/ 6 zones de jeu, 1 DE spécialiste, 3 répétiteurs



Atelier Tactique/match



Espace de jeu modifiable selon niveau et objectif

Enfant ou répétiteur

Jeu au mur: seul ou à 2 avec consignes selon le thème



Séance d'1h30

- Formule 1H30 2 courts

Idem + 4 enfants niveau orange

Permet aux enfants de niveau rouge de jouer sur le court orange pendant 30' en début de séance

En effet, les « oranges » pourront faire 30' de physique adapté en début de séance sur le court 1 puis effectuer 1h sur le court 2 (format orange et évolution vers le vert)

Total 20 enfants, 3H d'enseignement, les enfants jouent souvent à 2 ou à 4

Plus d'intensité, de frappes et optimisation de l'espace

Organisation 3 avec 2^e court: 4 enfants orange, 1 DE ou AMT + 1 répéteur

Motricité/Ed. Physique sur court 1: 30'

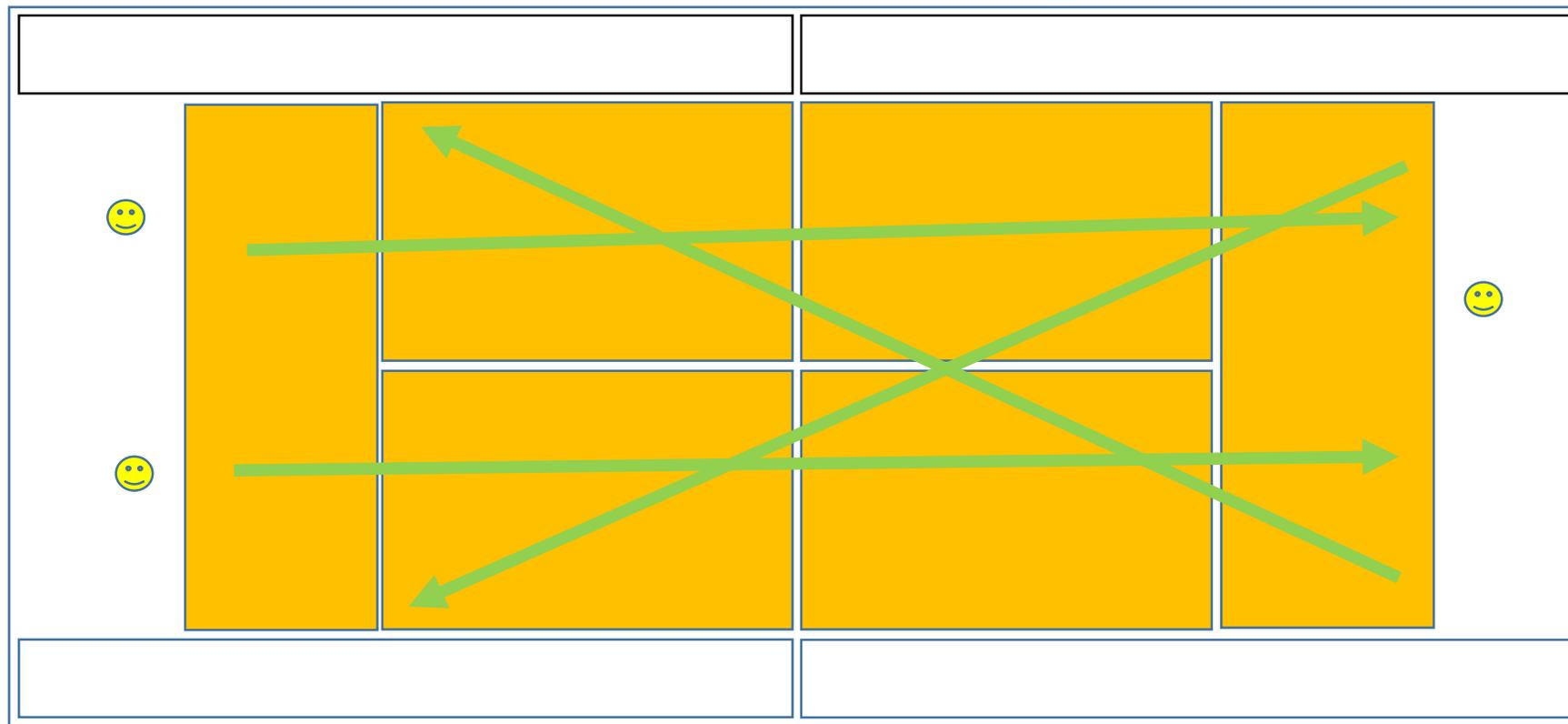
Atelier tactique/Match/Points et
Atelier Technique/ savoir-faire



Atelier Technique/ savoir-faire



Amélioration Jeu au
filet ou service
(travail lancer)

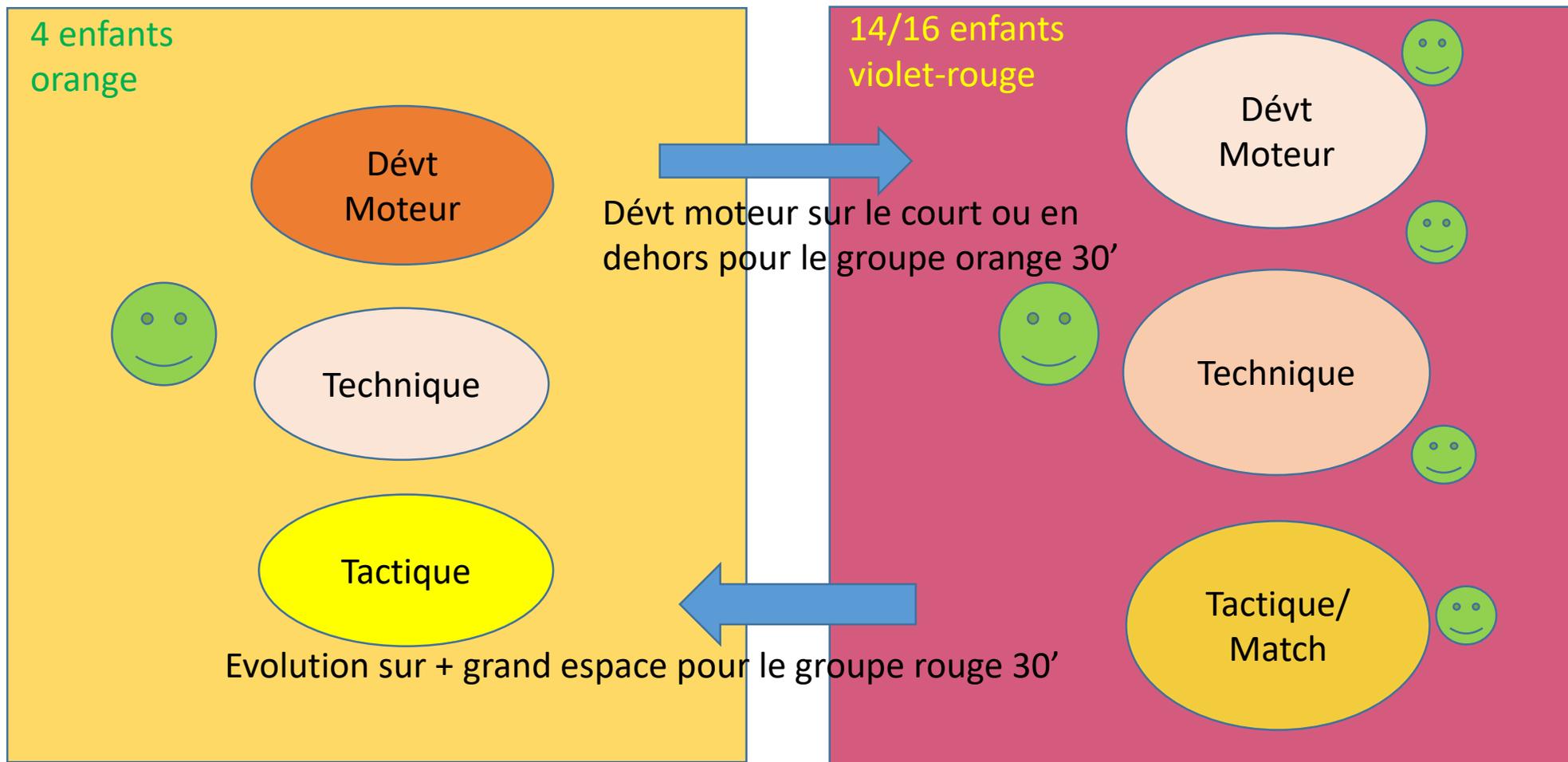


Par ex: « attaque du terrain adverse » = utilisation des effets, recherche de trajectoires et zones variées
Formules 1 contre 1 ou 1 contre 2

Exemple d'organisation

- Séance d'1h30 sur 2 courts

3 groupes de violet à orange (18-20 enfants)
2 enseignants « leader »
4 répétiteurs





LES COMPETENCES A ACQUERIR

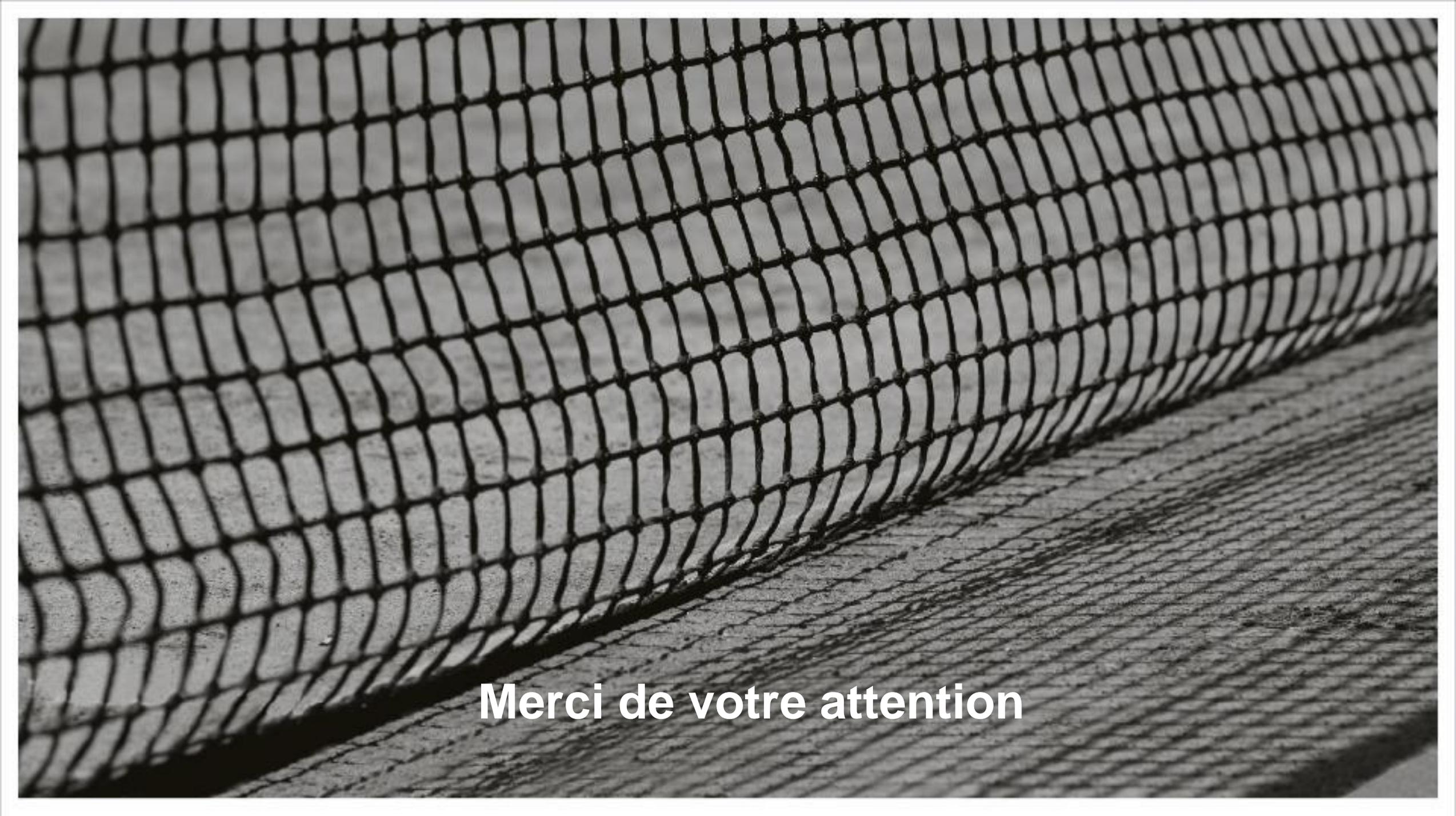
Programme Galaxie Team 7U

U7: LES COMPETENCES A ACQUERIR

	violet	rouge	orange	vert
L'ENFANT	Respect des règles de groupe , du coach . Connaissances environnement , du terrain; Découverte du match Concentration	Arbitrage : compter normalement La partie sans arbitre Développement qualité observation	Combativité . Avant match , après match (bilan) Frustration	Dépassement de soi Gestion du stress du à la compétition Gestion des scores Autonomie Routines
LE SPORTIF	Découverte des différents types déplacements . Temps de réaction Appréhension du rebond. Routine d'échauffement	Utilisation des différents déplacements Différents appuis Transfert poids du corps Mouvement perpétuel	Vitesse / réaction Travail de déplacement / remplacement plus précis. Coordination / dissociation . Appréciation des trajectoires Notion étirements	Vitesse Endurance Etirements
LE JOUEUR	Du partenariat à l'adversaire . Balle bonne ou faute .	Notion attaque / défense Notion de prise de risques Découverte des différentes zones à atteindre	Découverte des différentes tactiques . Point faible / coup fort Utilisation du terrain, utilisation des effets.	Solidité dans le jeu Identité de jeu Utilisation des effets Variation trajectoires
	Position d'attention . Organisation de départ . Démarrer un échange . Découverte du service .	Différents coups du tennis Les prises . Gestuelle Découverte des effets Service: 1ères-2ème balle (notions)	Consolidation de la technique . Consolidation des effets . Prise de balle . Service: 1 ^{ère} et 2 ^e balle effet	Maîtrise des effets . Variation de prise de balle Consolidation du service

ATELIER 1: Développement moteur/Education Physique	ATELIER 2: Tactique/ Jeu	ATELIER 3: Technique/Savoir-faire
Accueil/Echauffement: 1 enfant peut montrer	Objectif: « attaquer » Faire courir l'adversaire	Objectifs: Etre prêt =position du « Chevalier », mobilité « happy feet »; jeu de jambes, équilibre, plan de frappe
Parcours avec raquette	Echanges avec le répétiteur Initiation aux règles du jeu Jeu du Copier-Coller	<i>Jeu « tireurs-boucliers »</i> : envois vers des zones (notion de plan de frappe) Essayer de frapper la balle juste après le rebond dès l'envoi (notion de tôt/tard)
Temps de réaction/prise d'informations <i>Jeu du crocodile</i> <i>Jeu du cornet de glace (=jeu des cônes)</i>	Match court balle rouge, au-dessus du filet ou cônes: envoyer la balle là où l'adversaire n'est pas (matérialiser la zone de départ des joueurs, les zones à viser) + facile: 1 raquette/l'autre à la main	<i>Jeu du Chamboule-tout</i> Détruire la pyramide de cône: notion de frappe + forte=rythme du bras, engagement
Jeux d'adresse raquette balles, ballons Lancers: analogie avec le service	<i>Jeu du gardien de but</i>	<i>Service: Jeu de la fusée</i> Servir 5 balles à partir de 3 zones de + en + éloignées du filet. Si 3 réussies, on recule au « 2 ^e étage » Le vainqueur est celui qui réussit à servir ses 3 balles au 3 ^e étage de la fusée
Courses-relais avec envoi à la raquette (en service ou CD,R)	<i>Jeu du Roi</i> : Trouver des zones en utilisant son coup droit (envoyée par le répétiteur côté CD ou légèrement côté RV=décalage) et essayer de battre le roi. 2pts pour remplacer le Roi + facile: envoi proche du joueur, balle lente	<i>Mission impossible</i> : renvoyer 6 balles en croisant vers des cibles (placées ds les angles), le prof envoie à la main des balles faciles=disponibilité, reprise d'appuis, équilibre, frappe devant, remplacement

DEMONTRER , COMPTER LES POINTS, POSITIVER ET ENCOURAGER / IMPORTANCE DU TRAVAIL DU SERVICE ET JEU DE JAMBES



Merci de votre attention