

Apprendre et jouer

Le programme Apprendre et jouer est conçu pour jeter de solides bases pour le succès futur et pour promouvoir le plaisir et le progrès. Il représente une excellente ressource pour les instructeurs, les responsables de programmes et les animateurs désirant offrir des cours qui conviennent le mieux à cette étape du développement.

Vidéos de l'Apprendre et jouer

[Introduction](#)

[Points d'enseignement sur les](#)

[fondamentaux Structure du curriculum](#)

[Ajuster les activités diminuer et
augmenter le niveau de difficulté](#)

[Activités d'échauffement physique](#)

[Document écrit](#)



Je joue au tennis... J'échange

- [P1 Échange avec lancers](#)
- [P2 Échange avec lancers en croisé et parallèle](#)
- [P3 Échange au sol dans les corridors](#)
- [P4 Échange au sol avec remplacement](#)
- [P5 Échange avec jonglage](#)
- [P6 Lancer, frapper et attraper](#)
- [P7 Lancer et échanger](#)
- [P8 Coup de fond et contrôle de la balle](#)
- [P9 Échange en fond de terrain avec jonglage](#)
- [P10 Échange en croisé](#)

Je joue au tennis... Je commence le point

- [P11 Balle arc-en-ciel](#)
- [P12 Cible volante](#)
- [P13 Service par en-dessous et retour](#)
- [P14 Service au-dessus de la montagne](#)
- [P15 Services et retours en équipe](#)
- [P16 Service et retour en croisé](#)
- [P17 Service sur la cible](#)

Je joue au tennis... Je joue au filet

- [P18 Attraper la balle](#)
- [P19 Jonglage aérien](#)
- [P20 Lancer et jeu à la volée](#)
- [P21 Coup de fond et jeu à la volée](#)
- [P22 Coup d'approche et jeu à la volée](#)
- [P23 Lob et smash](#)
- [P24 Monter et jouer au filet](#)

Je joue au tennis... Je joue des points

[J1 Tennis avec le main](#)

[J2 Tennis au sol](#)

[J3 Les olympiques](#)

- [J4 Échange avec balle](#)
- [J5 Cônes en équipe](#)
- [J6 Stop Tennis](#)
- [J7 Tague tennis en équipe](#)
- [J8 Monte et descend](#)
- [J9 Partie sans avantage](#)
- [J10 Tennis en double](#)

|

|

|

|