



## École du TCN - Saison hiver

Thèmes Kids 2023

Objectifs: Plaisir - Bouger - Savoir servir/retourner et faire des échanges. Apprendre à compter et les règles du jeu.

Physique: Coordination - Equilibre - Corde à sauter

Dates	Thèmes	Travail
09.01.23	Sautiller: Position d'attente et déplacements	Sautiller - Pas d'allègement - Contrôle de balle
16.01.23		Réaction - Orientation - Faire le plus d'échanges possible.
23.01.23		Chorégraphie: Coup droit - revers
30.01.23	Service et retour	Lancer la balle contre le mur et rattraper
06.02.23		Engager et diriger la balle
<b>13.02.23</b>	<b>Vacances Relâches</b>	
20.02.23	Lancer et attraper	Apprendre à lancer la balle depuis le haut et attraper après le rebond à 2 mains. Objectif: 20 lancés consécutifs.
27.02.23		Engager la balle par le haut et faire le plus d'échanges possible.
06.03.23		Engager par le haut et faire des points.
13.03.23	Tests niveaux et mini-tournoi	Apprendre à compter
20.03.23	Sautiller: Position d'attente et déplacements	Sautiller - Pas d'allègement - Contrôle de balle
27.03.23		Réaction - Orientation - Faire le plus d'échanges possible.
03.04.23	Tests niveaux et mini-tournoi	Apprendre à compter
<b>10.04.23</b>	<b>Vacances de Pâques</b>	
<b>17.04.23</b>		
<b>Saison été - Terre battue extérieur</b>		
<b>24.04.23</b>	Sautiller: Position d'attente et déplacements	Sautiller - Pas d'allègement - Contrôle de balle
<b>01.05.23</b>		Réaction - Orientation - Faire le plus d'échanges possible.
<b>08.05.23</b>		Chorégraphie: Coup droit - revers
<b>15.05.23</b>	Service et retour	Lancer la balle contre le mur et rattraper
<b>22.05.23</b>		Engager et diriger la balle
<b>29.05.23</b>	Lancer et attraper	Apprendre à lancer la balle depuis le haut et attraper après le rebond à 2 mains. Objectif: 20 lancés consécutifs.
<b>05.06.23</b>		Engager la balle par le haut et faire le plus d'échanges possible.
<b>12.06.23</b>		Engager par le haut et faire des points.
<b>19.06.23</b>	Tests niveaux et mini-tournoi	Apprendre à compter
26.06.23	Thème au choix	Thème selon besoin de chaque groupe

Respect - Solidarité - Persévérance - Passion