Tennis

|  |
| --- |
| **Responsable de l’activité :** Jean-Luc GUILHOT |
| **Lieu de cours :** Terrains tennis extérieurs et couverts Campus Porte des Alpes | **Contribution supplémentaire :**Non |
| **Durée :** 1h45 (2h pour les cours compétiteurs) | **Note possible :** oui |

## **Les objectifs**

- apprendre avec le tennis « cooleurs » par le jeu

- accéder aux connaissances propres à l'activité,

- maîtriser ses émotions et gérer ses efforts.

**Les niveaux**

Tous les niveaux sont acceptés avec 2 cours spéciaux qui ciblent des joueurs.ses ayant participé à des tournois (compétiteurs et confirmés.ées)

**niveau confirmé : j**oueurs.ses de compétition NC-4ème série.

**niveau compétiteurs :** compétiteurs.trices classés.ées en 3ème et 2ème série.

**Evaluation**

Assiduité : 12 séances par semestre : note / 20

- attitude/motivation (mental).

- performances (matches),

- connaissances (stratégie, tactique),

- compétences (épreuves techniques),

Ces quatre éléments sont repris dans un ou plusieurs tests qui sont issus de l’enseignement effectué au cours du semestre.

**Entraînements FFSU** : LUNDI 18H pour les joueurs.ses 3ème et 2ème série.

**La participation effective aux compétitions est obligatoire.**

**Cet entraînement du lundi 18h est orienté vers la performance et le jeu.**

Tous les inscrits aux cours de tennis peuvent jouer en compétition FFSU (se renseigner auprès de votre enseignant NC – 4ème série et autres).

Les compétitions universitaires se déroulent les jeudis après-midi et en soirée : elles se jouent en individuel et en équipe. Tournoi interne homologué proposé.

**Tenue / Matériel**

Raquette / Chaussures de tennis (les chaussures de jogging sont fortement déconseillées) / Survêtement ou short / Prêt de raquettes aux débutants. Vestiaires à disposition.

**Remarques**

- statut sportif haut niveau au classement 0.

* 2 courts couverts et 3 courts extérieurs proposés à chaque cours.

- terrains couverts pour les entraînements FFSU. 2 créneaux horaires

**Service Universitaire des Activités Physiques et Sportives - Campus Porte des Alpes**

**Service Universitaire des Activités Physiques et Sportives - Campus Porte des Alpes**

5, avenue Pierre-Mendès-France – 69676 BRON Cedex Téléphone : 04.78.77.23.16 Télécopie : 04.78.09.44.69

Site internet : [http://suaps.univ-lyon2.fr](http://suaps.univ-lyon2.fr/)