



**GALAXIE  
TENNIS**  
*Prends-toi au jeu !*

# RÉFORME DES MOINS DE 12 ANS

Guide à l'attention  
des parents des jeunes  
des écoles de tennis



FÉDÉRATION FRANÇAISE DE TENNIS



# RÉFORME DES MOINS DE 12 ANS LE GUIDE

Ce guide a pour objet de présenter la réforme fédérale de la formation des jeunes de moins de 12 ans et notamment les éléments impactant l'école de tennis.

**Jean-Pierre DARTEVELLE**  
Vice-Président Délégué  
DTN et Compétitions Nationales  
et Internationales

**Arnaud DI PASQUALE**  
Directeur Technique National



## 1. LA NOUVELLE ÉCOLE DE TENNIS

**La “Galaxie tennis” !  
L’enfant retrouvera dans son club  
de tennis et sur les différents  
supports médiatiques un univers  
adapté lui permettant à la fois  
d’entretenir ses rêves et de s’identifier  
à des jeunes champions.**



### 1.1. Les objectifs

#### 1.1.1. Jouer, s’amuser

Nous souhaitons avant tout donner à l’enfant que vous avez inscrit à l’école de tennis le plaisir de jouer, de taper dans une balle de tennis, de manier une raquette, de faire des échanges avec un copain ou une copine.

#### 1.1.2. Apprendre à faire un match

Le tennis est un jeu, un sport d’opposition. Nous souhaitons donc apprendre rapidement à l’enfant à jouer un match, en simple et en double. Savoir compter les points, développer des compétences lui permettant de jouer des coups droits, des revers, des services, des volées, des smashes, savoir quand et comment

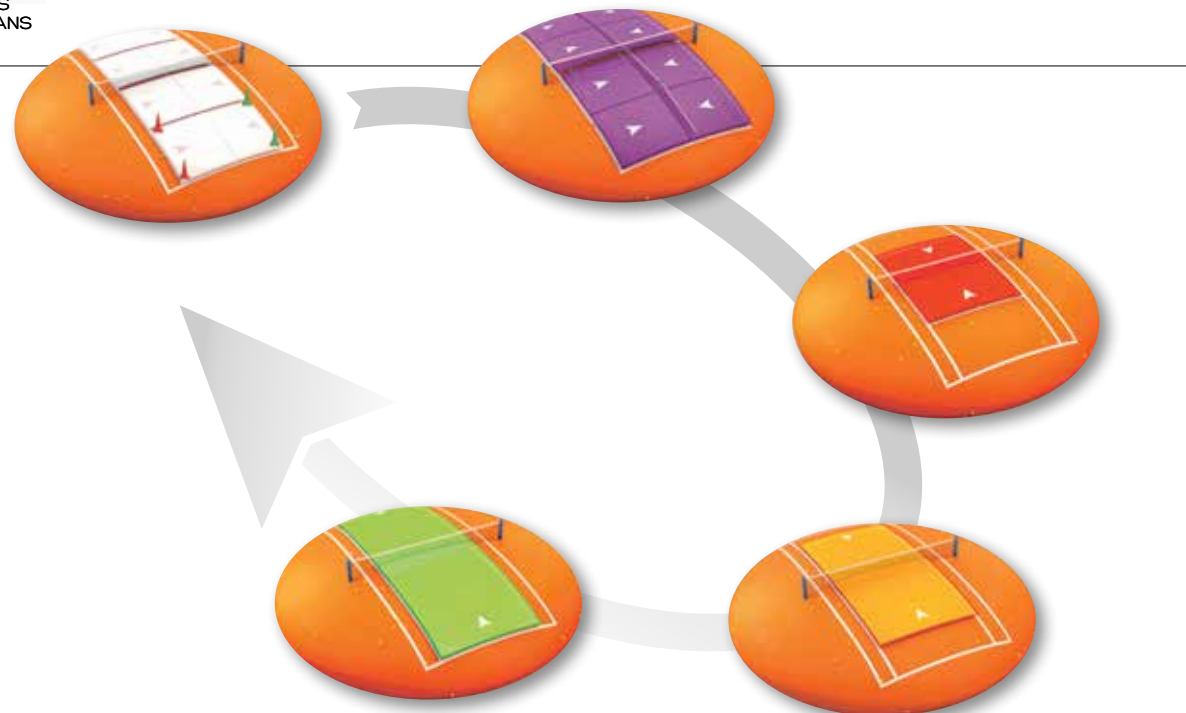
monter au filet, lifter, slicer, se placer et intercepter en double augmentera sa motivation et lui donnera l’envie de continuer à progresser et de découvrir chaque jour une nouvelle facette de l’apprentissage du tennis.

C’est parce qu’il saura faire un match en autonomie qu’il pourra continuer à progresser et donc prendre du plaisir à sa pratique.

#### 1.1.3. Développer des valeurs sportives et éducatives

La pratique sportive en général, du tennis en particulier, permet de développer chez l’enfant les qualités d’adresse et de coordination mais également des valeurs éducatives comme la socialisation, le respect ou encore l’autonomie. Elle permet également le développement de qualités mentales propres à cette discipline, sport individuel ayant la particularité de pouvoir se pratiquer en équipe.





## 1.2. L'adaptation des terrains de jeu

Pour faciliter l'apprentissage et une pratique autonome, nous proposons aujourd'hui 5 conditions de jeu progressives avant de pouvoir évoluer sur le terrain traditionnel, celui des champions.

- Terrain blanc de 8 m de long sans filet avec ballon blanc de 26 cm de diamètre
- Terrain violet de 11 m avec filet à 0,50 m et balle violette de 15 cm de diamètre

- Terrain rouge de 12,80 m avec filet à 0,80 m et balle rouge de 7,5 cm
- Terrain orange de 18 m avec filet à 0,80 m et balle orange
- Terrain vert traditionnel avec balle verte

Cette progressivité, concernant les terrains mais aussi les balles et les raquettes, rendra l'apprentissage plus facile, donc plus rapide pour l'ensemble des enfants, quel que soit leur âge.

## 1.3. Les journées « Jeu & Matches »

Elles permettront de mettre en application « officielle » (en situation de match) les apprentissages, au fur et à mesure des séances. Au nombre de 5 minimum par an, elles sont réservées à la pratique de matchs organisés entre enfants du même niveau, évoluant sur le même terrain de jeu. Bien entendu, la formule choisie pour le comptage des points est adaptée à l'âge des enfants.

## 1.4. Le changement de terrain

Pour passer au terrain supérieur, l'enfant devra, pendant les journées Jeu & Matches, répondre à certains critères dans 4 domaines : technique, tactique, comportement et arbitrage. C'est l'enseignant de club qui validera sa faculté à jouer sur le terrain supérieur.





## 2. L'ACCÈS À LA COMPÉTITION

### 2.1. Les bienfaits de la compétition

Il n'est plus à prouver que faire du sport améliore la santé physique et la santé psychique des pratiquants. Faire de la compétition développera également des qualités psychologiques qui se répercuteront sur la vie professionnelle et sociale des jeunes une fois adultes. Rigueur, concentration, contrôle de soi, humilité, confiance sont des qualités qui se développent par la compétition... si celle-ci est adaptée à l'âge des compétiteurs, dans sa forme et dans son volume.



### 2.2. Un apprentissage très progressif

Une compétition adaptée aux jeunes est une compétition « progressive » respectant plusieurs étapes :

- Une initiation au match au sein de l'école de tennis.
- Des compétitions pédagogiques par niveau de jeu, sans officialisation des résultats. Ce sont des compétitions de proximité.
- Des compétitions homologuées par âge et par niveau à partir de 8 ans et du niveau orange.

## 3. LE RÔLE DES PARENTS

### 3.1. Le jeu libre

Il est, par définition, libre de tout encadrement professionnel. Il est organisé sur d'autres créneaux que ceux proposés par l'école de tennis.

Ce sont donc principalement des moments de jeu entre enfants ou entre enfants et parents.

Le jeu libre est à favoriser largement car nous savons tous qu'une pratique supplémentaire d'1 heure ou 1 heure et demie par semaine permettra d'atteindre plus rapidement un niveau suffisant pour jouer un jour en autonomie.

Les parents des jeunes licenciés sont donc invités à jouer avec leurs enfants, aussi souvent que ces derniers le souhaiteront...

Ils le feront par plaisir car le tennis est un des rares sports que l'on peut pratiquer en famille, mais aussi pour essayer de les faire progresser.

Cependant, 2 principes sont nécessaires à l'efficacité d'une telle démarche :





- Utiliser le matériel préconisé par l'entraîneur (terrain, balles et raquette) et correspondant au niveau de l'enfant.
- Ne pas donner de consignes techniques ou rappeler les consignes définies par l'entraîneur.

Les parents doivent se rapprocher de l'enseignant de club pour être conseillés dans ce domaine.

En l'absence de possibilité des parents, le mur d'entraînement reste un formidable outil pour progresser. Il est adaptable à tous les niveaux de jeu.

L'épanouissement des enfants passe par le développement indispensable de certaines qualités, comme l'estime de soi ou la confiance. Vous devez donc les encourager en toute circonstance et valoriser leurs efforts et leurs résultats.

### 3.2. Le choix de la raquette

3 enfants sur 4 jouent aujourd'hui dans leur club avec une raquette trop grande ou trop lourde... ou les deux !

La principale qualité d'une raquette est de pouvoir être facilement maniée par l'enfant. Son poids, sa longueur et la taille de son grip sont donc prépondérants pour faciliter les progrès des enfants.

Pour vous aider dans le choix d'une raquette vous avez 2 possibilités :

- Faire confiance à l'enseignant et le laisser acheter la raquette pour vous.
- Suivre le tableau ci-dessous tenant compte davantage du niveau de jeu de l'enfant que de sa morphologie :

Terrain de jeu					
Taille de raquette	43 à 48 cm 17 à 19"	43 à 53 cm 17 à 21"	48 à 58 cm 19 à 23"	56 à 63 cm 22 à 25"	63 à 68 cm 25 à 27"

[www.fft.fr](http://www.fft.fr)

