

ACTIVITÉS D'INITIATION

Le Réseau du sport étudiant du Québec Laurentides-Lanaudière propose à ses membres affiliés des secteurs primaire et secondaire un accompagnement professionnel dans l'organisation d'activités physiques avant, pendant ou après l'école, et ce, afin de permettre aux jeunes de bouger dans le plaisir et de façon sécuritaire.



TENNIS

Le mini-tennis en gymnase permettra aux participants de s'initier à la pratique de ce sport. Le matériel adapté au tennis progressif permet aux élèves d'obtenir rapidement du succès tout en développant les fondamentaux technique et tactique du tennis.

FORMULE OFFERTE

Quand: Cours d'éducation physique, heure du dîner, après les heures de classe

Endroit: Intérieur ou à l'extérieur s'il y a une surface asphalté dans la cours d'école.

Matériel nécessaire à fournir: L'ensemble du matériel est fourni (raquettes, filets, balles, etc...)

	INITIATION À L'UNITÉ
Nombre de cours	1 cours
Durée des cours	30 à 120 minutes (réservation minimum 3h)
Déroulement	<ol style="list-style-type: none">1. Présentation de l'entraîneur ainsi que le matériel utilisé.2. Règles à suivre durant la tenue du cours.3. Échauffement avec manipulation de balle individuel et en équipe.4. Exercice de coopération avec et sans filets.5. Jeux et parties6. Retour sur la séance et questions des participants. <p>L'ensembles des participants seront en action avec raquette durant toute la durée du cours.</p>

Degrée	Ratio	Note
Préscolaire	Maximum de 24 élèves-athlètes	Un enseignant doit assister le groupe
Primaire 1er cycle	Maximum de 24 élèves-athlètes	Un enseignant doit assister le groupe
Primaire 2e cycle	Maximum de 24 élèves-athlètes	Un enseignant doit assister le groupe
Primaire 3e cycle	Maximum de 24 élèves-athlètes	Un enseignant doit assister le groupe
Secondaire	Maximum de 24 élèves-athlètes	Un enseignant doit assister le groupe