

UC 3 : DIRIGER UN SYSTEME D'ENTRAINEMENT EN TENNIS

Epreuve Certificative N°1 :

ENTRAINEMENT D'UN JOUEUR OU D'UNE JOUEUSE DE NIVEAU REGIONAL

Le candidat dirige une séance d'entraînement tennis et physique (intégré ou dissocié), centrée sur un joueur dont le candidat a la charge. Le niveau du joueur doit être validé par les formateurs. (Niveau 15 minimum pour un adulte, niveau départemental minimum pour un jeune)

Un document numérique de **20'** dans lequel le candidat clairement identifié dirige le système d'entraînement d'un joueur de niveau régional minimum.

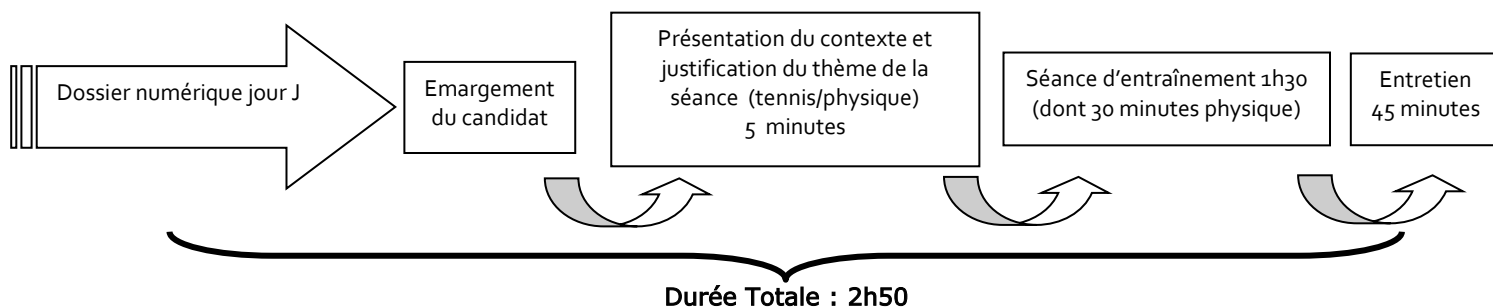
Le candidat peut s'il le souhaite amener un document support correspondant à la programmation.

A l'issue de cette présentation, le jury définit le thème de la séance tennis et physique en fonction de la programmation et du contexte.

Le thème proposé distingue 2 objectifs, tennis et physique.

L'adaptation des objectifs aux besoins du joueur est un critère prépondérant dans l'évaluation d'où un temps d'observation sera proposé au candidat.

DEROULEMENT DE L'ÉPREUVE



Le jury apprécie la capacité du candidat à :

- Elaborer une programmation d'entraînement et de compétition,
- Etablir une relation de qualité avec les joueurs,
- Diriger une séance d'entraînement tennis,
- Diriger une séance d'entraînement physique
- Adapter une séance à la programmation du joueur,
- Justifier ses choix.

FICHE D'ÉVALUATION

UC 3 : DIRIGER UN SYSTEME D'ENTRAINEMENT EN TENNIS

Epreuve Certificative N°1 : ENTRAINEMENT D'UN JOUEUR OU D'UNE JOUEUSE DE NIVEAU REGIONAL

CANDIDAT	Date :			
	Nom :	Prénom :	Signature :	
JURY	Nom :	Prénom :	Signature :	
	Nom :	Prénom :	Signature :	

SUPPORT NUMERIQUE	
	Appréciations
<ul style="list-style-type: none"> • <u>Le support numérique</u> : • reprend les étapes essentielles du storyboard. • permet d'illustrer significativement toutes les caractéristiques initiales du joueur • les SA « clés » sont présentes et correspondent aux objectifs de travail fixés. • L'évaluation intermédiaire est présente et les vidéos correspondent à l'évolution du joueur. • <u>Permet de mettre en évidence le projet de performance du joueur</u> 	

En bonne voie moyen insuffisant

OI 31 EC DE CONCEVOIR LE PLAN DE PERFORMANCE EN TENNIS	
	Appréciations
<ul style="list-style-type: none"> • Concevoir un système d'entraînement adapté à la structure • Concevoir une programmation pour un joueur : celle-ci correspond au profil, au projet du joueur concerné. • Capacité à l'argumenter et à la justifier. 	

En bonne voie moyen insuffisant

OI 32 EC DE PLANIFIER LA PREPARATION DE LA PERFORMANCE EN TENNIS	
	Appréciations
<ul style="list-style-type: none"> • Organiser un planning d'entraînement et de compétition • Définir les axes de la préparation tactique et technique des joueurs : justification de ces choix (entretien) • Définir les axes de la préparation physique des joueurs : justification de ces choix (entretien) • Définir les axes de la préparation mentale des joueurs : justification de ces choix (entretien) et méthodes utilisées 	

En bonne voie moyen insuffisant

OI 33 EC D'ACCOMPAGNER LE JOUEUR DANS L'OPTIMISATION DE LA PERFORMANCE	
	Appréciations
<ul style="list-style-type: none"> • Diriger le système d'entraînement • Encadrer les joueurs à l'entraînement (tennis et physique) Propose des situations d'observation précises, qui déterminent l'objectif tactique et les moyens techniques prioritaires <ul style="list-style-type: none"> ○ Adapter sa communication afin d'optimiser la séance ○ Choisir des exercices ou des situations adaptés aux objectifs tactiques et moyens techniques ○ Mettre en place et/ou faire évoluer les situations ○ Donner des consignes pertinentes et précises. ○ Gérer les intensités de travail, la nature et les temps de récupération ○ Etre rigoureux ○ Progression du joueur constaté 	

En bonne voie moyen insuffisant

justification, conseils et points à renforcer :