

L'apprentissage de la raquette

On dit du tennis que c'est un sport de raquette.

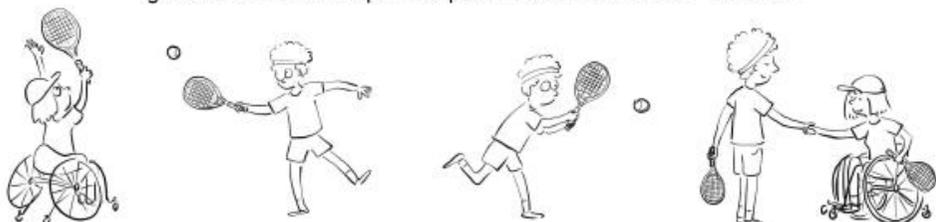
Parmi les sports ci-dessous, entoure ceux qui sont aussi des sports de raquette.



Avec sa raquette, le joueur de tennis peut effectuer 3 coups de base : le coup droit, le revers et le service.

Complète les phrases suivantes avec le nom du coup de base qui convient.

- ① S'il frappe la balle du côté de son corps où est le bras qui tient habituellement la raquette, il effectue un coup droit...
- ② S'il frappe la balle pour mettre en jeu une balle et débiter un échange, il effectue un service....
- ③ S'il frappe la balle du côté de son corps opposé au bras qui tient habituellement la raquette, il effectue un revers.....
→ Pour ce coup, les joueurs de tennis debout prennent la plupart du temps la raquette dans les 2 mains, tandis que les joueurs en fauteuil roulant gardent une main disponible pour le contrôle de leur fauteuil.



L'apprentissage du fauteuil roulant

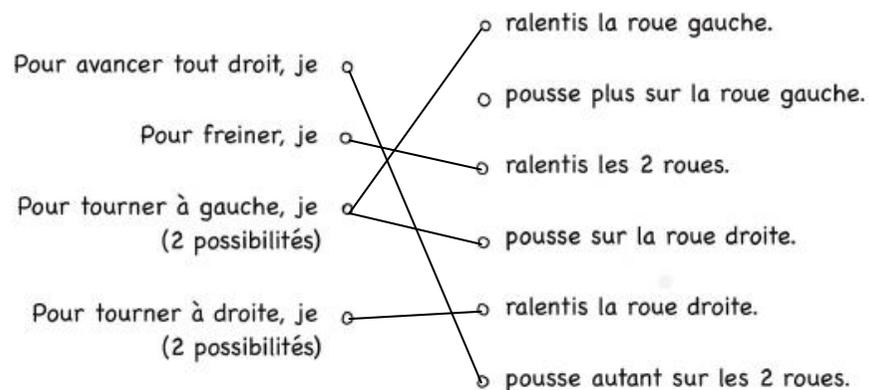
As-tu déjà eu l'occasion d'utiliser un fauteuil roulant ?

- OUI ! Alors, tu es déjà un pro.
- NON... Alors on va apprendre.



Assieds-toi sur une chaise et imagine les roues principales, les 2 grandes roues, comme si tu en avais une à ta droite et une à ta gauche.

Maintenant relie les morceaux de phrases ci-dessous pour créer un mode d'emploi pour fauteuil roulant !



Tu as compris comment se manipule un fauteuil roulant, mais il te faudrait ensuite un peu d'entraînement sur l'un d'eux pour obtenir la précision des déplacements et la force nécessaire à la pratique du tennis en fauteuil roulant !

D'ailleurs, le tennis n'est pas le seul sport qui se pratique en fauteuil roulant. Nous en découvrirons bientôt d'autres. En connais-tu ?

Il y a beaucoup de sports possibles ! Par exemple le basket en fauteuil, le quad rugby, le tennis de table, le ski, l'athlétisme, l'escrime, le tir à l'arc, la boccia, le tir, le badminton, le hockey, etc...