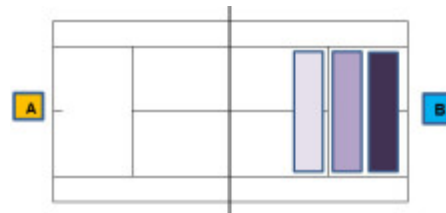


# Tennis – Nous jouons les deux au fond du court/R9: Pronostics

Je peux percevoir la trajectoire des balles et me placer en conséquence.

## Acquérir

- Le joueur A ou le moniteur joue avec le joueur B des balles longues. Le joueur B indique dans quelle zone la balle a rebondi.
- Les joueurs doivent annoncer dans quelle zone celle-ci va rebondir. L'annonce doit être faite au plus tard lorsque la balle passe par-dessus le filet.
- Le moniteur contrôle la position du joueur et lui donne son appréciation.



## Appliquer

- Le joueur A varie les longueurs de balle et annonce (avant la frappe) dans quelle zone il va jouer.
- Le joueur B annonce au joueur A dans quelle zone il doit jouer.

## Créer

- Jouer des points: les joueurs A et B doivent annoncer dans quelle zone la balle va rebondir, dès qu'elle passe par-dessus le filet. Si l'annonce est juste, comptabiliser un point, dans le cas contraire déduire un point.
- Comptabiliser les points individuellement (l'un contre l'autre).
- Comptabiliser les points en équipe (l'un avec l'autre).
- Est-ce qu'une équipe arrive à comptabiliser dix points?

**Remarque:** Dessiner les différentes trajectoires de telle manière que les joueurs puissent apprécier les avantages et inconvénients.

**Matériel:** Zielfeldmarkierungen

## Exercices pour les autres niveaux de jeu

Débutants 2

R9

R8

... je peux percevoir la qualité de mes points d'impact.

... je peux percevoir la trajectoire des balles et me

... je peux percevoir ma situation dans le jeu

placer en conséquence.

(positionnement).

... je peux placer mes balles (avec rotation avant) car j'ai suffisamment de temps.

... je peux utiliser mes coups forts car j'ai suffisamment de temps.

... je peux placer des balles longues car j'ai suffisamment de temps.

---

Source: Jürg Bühler, Martin Golser, Matthias Rudin



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**