

Règles **TENNIS**



Avant la séance, je me prépare...

1/ Je pense à passer aux toilettes.

2/ J'ai sur moi une tenue adaptée au sport, je change de chaussures, je ne porte pas de bijoux et mes cheveux sont attachés.

REGLES D'OR pendant la séance

1. La sécurité

- Quand je ne joue pas, je me tiens éloigné(e) du terrain.
- Je n'enjambe pas le filet.
- Je ne fais pas de gestes dans le vide avec ma raquette.
- Je ne monte pas sur la chaise d'arbitre.
- Je contourne le terrain pour aller chercher une balle.
- Les balles : Je joue en frappant modérément s'il y a beaucoup de joueurs.

2. L'écoute

- Au signal STOP, j'arrête toute activité et j'écoute les consignes.

3. Le respect

❖ Respect du matériel :

Ma raquette : Je la pose délicatement.

❖ Respect de l'autre : adversaire, partenaire

Je ne me moque pas, je n'agresse pas, je ne fais pas de commentaires désobligeants sur un coup manqué.

REGLES DU JEU

Je perds 1 point et mon adversaire en gagne 1 si :

- ✓ La balle atterrit en dehors des limites du terrain.
- ✓ La balle va dans le filet.
- ✓ La balle fait deux rebonds.
 - ✚ A l'engagement, je dois laisser 1 rebond.