



# Tennis et déficiences – Recommandations à l'intention des entraîneurs

David Sanz et Alejandro Sánchez (ESP)

ITF Coaching and Sport Science Review 2017; 71 (25): 36-39

## RESUMEN

*Le tennis est un sport qui fait appel à de vastes compétences dans les domaines technique, tactique, physique et psychologique. Ces compétences peuvent être acquises par des personnes atteintes de diverses formes de déficiences. S'il est vrai que, au niveau institutionnel, le règlement de la Fédération internationale de tennis (ITF) reconnaît uniquement le tennis en fauteuil roulant pour les personnes souffrant d'une déficience physique, on observe de plus en plus de personnes atteintes d'autres formes de handicap qui jouent au tennis. Ce phénomène a pris une telle ampleur que même l'ITF s'intéresse au développement de ces pratiquants sur les plans récréatif et inclusif. Cet article aborde les différentes formes de pratique du tennis pour les personnes souffrant de handicaps divers, et formule des conseils à l'intention des entraîneurs.*

**Palabras clave:** *tennis adapté, déficience, handicap, recommandations méthodologiques.*

**Recibido:** 30 Sep 2016

**Aceptado:** 20 Jan 2017

**Autor correspondiente:**  
David Sanz

**Correo electrónico:**  
david.sanz@rfet.es

## INTRODUCTION

Le tennis est l'un des sports les plus pratiqués dans le monde, et figure au premier rang des sports de raquette (García Ferrando et Llopis Goig, 2011). Il a été adapté pour les personnes souffrant d'une déficience, dans le but de permettre sa pratique par tout un chacun, quelles que soient les facultés dont on dispose.

Cet article traite des diverses formes de tennis adapté en fonction du type de déficience des joueurs, en plus de proposer des recommandations méthodologiques concernant le processus d'enseignement et d'apprentissage.

## TENNIS ET DÉFICIENCE SENSORIELLE

Le concept de « déficience sensorielle » englobe les déficiences visuelles et auditives. La vue et l'ouïe sont les deux sens les plus importants pour l'être humain, puisque c'est grâce à ces facultés que nous percevons la majeure partie des informations provenant du monde qui nous entoure.

### Le tennis adapté aux personnes atteintes d'une déficience auditive

Par rapport aux autres handicaps, la déficience auditive est celle qui nécessite le moins d'adaptation pour la pratique du tennis. En fait, la pratique inclusive du tennis – c'est-à-dire le fait de jouer avec des personnes valides – a permis aux joueurs sourds et malentendants d'atteindre le haut niveau, à l'image de Charlotte Cooper (lauréate de Wimbledon à cinq reprises) il y a plus d'un siècle ou de Duck Hee Lee, sourd de naissance, qui figure parmi les meilleurs mondiaux chez les jeunes. Bien que ce type de déficience n'empêche pas la pratique du tennis à un haut niveau, un certain nombre de contraintes peuvent avoir une influence sur la performance des joueurs, notamment la perception acoustique du son produit par la balle adverse au moment de l'impact (ce qui donne des indications sur la vitesse et l'effet de la balle), la perception acoustique du son produit par leur propre balle au moment de l'impact ou encore les informations fournies par l'arbitre ou l'adversaire pendant le match (pour signaler si la balle est let, faute, etc.).

Aspects à prendre en compte pour l'enseignement du tennis aux personnes atteintes d'une déficience auditive :

Lors d'un cours de tennis, les instructions et les commentaires sont la plupart du temps communiqués par voie orale aux joueurs ; l'entraîneur doit par conséquent modifier cet aspect de son enseignement en appliquant les principes ci-dessous (Sanz et Reina, 2012).

- Transmettre une grande quantité d'informations de nature visuelle, cinétique et tactile ainsi que des stimuli pour élargir l'éventail des données communiquées.
- Avoir recours à des outils visuels avant et pendant les séances (cibles, concepts, tâches, etc.) et à des supports graphiques (tableaux, tablettes, applications mobiles).
- Utiliser le langage corporel : l'acquisition de la technique peut se faire par observation, et l'enseignement verbal peut être renforcé par des gestes qui permettent d'illustrer de manière visuelle l'information fournie.
- Choisir un environnement avec le moins de bruit de fond possible (pour les personnes souffrant d'une déficience auditive partielle).
- Se rapprocher du joueur au moment de lui donner du feedback et faire en sorte qu'il soit toujours en mesure de lire sur les lèvres.
- Signaler les changements de tâches par des gestes que le joueur peut comprendre facilement.

### Le tennis adapté aux personnes atteintes d'une déficience visuelle

Le tennis pour les personnes non-voyantes et malvoyantes a été inventé en 1984 par Miyoshi Takei. Cette forme de pratique du tennis est encadrée par un règlement, mais même s'il existe un programme de compétition aux niveaux national et international, cette discipline ne figure pas dans les compétitions organisées par la Fédération internationale de tennis. Le premier tournoi a été disputé au Disabled Rehab National Centre en 1990 (Sato et al., 2010). Les principales différences qui distinguent le tennis pour les non-voyants et malvoyants du tennis pratiqué par les personnes valides peuvent se résumer comme suit : la taille du court est réduite (identique à celle d'un court de badminton), la balle est en mousse et contient un grelot qui tinte au moment où la balle entre en contact avec la raquette ou rebondit, les raquettes utilisées sont celles du mini-tennis, le nombre de rebonds

autorisés dépend du type de catégorie et peut aller jusqu'à un maximum de trois, le serveur doit, avant de servir, indiquer à voix haute qu'il est prêt et le relanceur doit répondre par l'affirmative.



Compte tenu de l'impossibilité (partielle ou totale) de voir la balle, on pourrait penser qu'il est peu probable que les joueurs parviennent à réaliser des échanges. Une étude portant sur le tennis pour les non-voyants et les malvoyants a révélé, d'une part, qu'il existait peu de différences par rapport au tennis conventionnel concernant le temps où la balle n'est pas en jeu et, d'autre part, que le nombre de coups par échange était similaire (Sato et al., 2010). On peut donc en conclure que la continuité est bel et bien une caractéristique du jeu.

Les joueurs sont classés en différentes catégories selon leur degré de déficience visuelle – qui va de la perception des couleurs, de la lumière et des ombres avec une certaine vision périphérique jusqu'à la cécité totale (Bullock, 2007) :

- B1 : athlètes souffrant d'une cécité totale. Ils jouent avec les yeux bandés et ont le droit de laisser rebondir la balle trois fois.
- B2, B3 et B4 : athlètes atteints d'une déficience visuelle partielle. Ils ont le droit à deux rebonds.
- B5 : athlètes ayant des problèmes de vue. Ils ne peuvent laisser rebondir la balle qu'une seule fois.

Aspects à prendre en compte pour l'enseignement du tennis aux personnes atteintes d'une déficience visuelle :

Le tennis se distingue par sa forte dimension tactique puisque le joueur doit sélectionner ses coups en fonction de la position de son adversaire sur le terrain pour tenter de placer la balle le plus loin possible de lui. La vue joue un rôle essentiel à cet égard. On pourrait donc penser que le tennis pour les déficients visuels, notamment les personnes souffrant d'une cécité totale, n'aurait rien à voir avec le tennis conventionnel compte tenu de l'absence de cette dimension tactique. L'enseignement devrait notamment être adapté en fonction de ces recommandations méthodologiques (Sanz et Reina, 2012) :

- Transmettre une grande quantité d'informations (auditives, cinétiques et tactiles) et de stimuli. Les renseignements communiqués par voie orale doivent être les plus détaillés possibles, et le soutien apporté sur le plan cinétique fournira des références exactes qui seront faciles à interpréter par la personne atteinte d'une déficience sensorielle.
- Fournir du feedback pendant et après les exercices pour faciliter l'exécution.
- Appeler les élèves par leur nom pour attirer leur attention.
- Faire en sorte que les élèves puissent se familiariser avec le court, les outils et les cibles en organisant une séance de reconnaissance de l'environnement de jeu.
- Éviter les changements lors de la communication de messages par voie orale, en veillant à toujours rester au même endroit.

- Utiliser des lignes tactiles pour permettre aux joueurs de savoir à tout moment où ils se trouvent sur le court.

### TENNIS ET DÉFICIENCE DÉVELOPPEMENTALE

Le groupe des déficiences neurodéveloppementales est sans conteste le plus divers puisqu'il englobe notamment les troubles profonds du développement (autisme, syndrome d'Asperger, syndrome de Rett, etc.), l'infirmité motrice cérébrale et la déficience intellectuelle. Les déficiences développementales sont aussi vastes que les caractéristiques qu'elles présentent. D'un point de vue général, le terme « déficience développementale » est utilisé pour désigner toute déficience qui se manifeste lors de la croissance, c'est-à-dire jusqu'à l'âge de 18 ans. Ce type de handicap se distingue par les limitations qu'il entraîne dans des sphères importantes de la vie, telles que le langage, la mobilité, la capacité d'apprentissage, la capacité de prendre soin de soi-même, ou encore la capacité d'autonomie. Tel qu'il est indiqué dans un ouvrage publié par la USTA (2006), les personnes atteintes d'une déficience développementale présentent généralement un taux d'apprentissage plus faible, des troubles du raisonnement, une mémoire limitée, un déficit de l'attention, de l'hyperactivité, des signes d'immaturité sociale, des déficiences de la perception ainsi que des déficits d'adresse et de mobilité.

À ce jour, aucune compétition réglementée n'est organisée à l'échelle internationale par l'ITF, l'instance dirigeante du tennis, pour les joueurs qui ont une déficience développementale. Par conséquent, la pratique doit être principalement axée sur le développement physique, social et affectif du joueur et l'aspect récréatif, même s'il est vrai que certaines organisations et associations telles que Special Olympics organisent des compétitions aussi bien à l'échelle nationale qu'à l'échelle internationale.

Si l'on tient compte de tous les types de déficience développementale, on constate que le tennis a donné de bons résultats avec les personnes autistes (Young, 2013) et les personnes atteintes de trisomie 21 (López et López, 2013). À cet égard, selon Young (2013), les aspects qu'il convient tout particulièrement de garder à l'esprit lorsqu'on enseigne le tennis aux personnes autistes sont les suivants :

- Bien connaître le joueur – Chaque personne est différente ; le spectre de l'autisme est très vaste.
- Être attentif au comportement – La plupart des enfants autistes n'expriment par leurs sentiments et leurs émotions par le langage ; l'entraîneur doit donc observer très attentivement leur comportement et leur langage corporel.
- S'appuyer sur des routines bien connues – Le fait de devoir exécuter des tâches qu'ils connaissent déjà donnera plus de confiance aux enfants autistes. Ainsi, si la routine doit être modifiée, il conviendra de préparer l'élève à l'avance.
- Trouver des zones et des espaces propres aux enfants – Il est important de trouver un endroit calme pour la pratique du tennis, loin du bruit et des autres joueurs ; en effet, les enfants autistes préfèrent se tenir à l'écart de grands groupes.
- Intégrer des modèles de comportement répétitifs et restreints – La plupart des enfants autistes ont des modèles

de comportement répétitifs (lancer des objets, tourner sur soi, agiter les mains, etc.). Ces modèles peuvent servir à développer des jeux ou à exécuter des tâches de manière complémentaire et être intégrés dans des routines.

Aspects à prendre en compte pour l'enseignement du tennis aux personnes atteintes d'un trouble du développement :

Comme nous l'avons mentionné plus haut, il existe une grande diversité et de nombreux types de troubles du développement. Il est par conséquent essentiel de connaître les caractéristiques de chaque déficience afin d'être en mesure d'adapter la

méthodologie au processus d'enseignement et d'apprentissage. De manière plus générale, nous vous présentons ci-dessous une liste non exhaustive des aspects méthodologiques à prendre en considération dans le contexte de l'enseignement du tennis à des personnes atteintes d'une déficience développementale, quelle qu'elle soit (Sanz et Reina, 2012 ; USTA, 2006) :

- Simplifier les tâches de sorte que l'attention soit centrée sur la cible.
- Donner des instructions brèves et claires. Éviter les mots compliqués et le jargon technique.
- Fournir de l'information visuelle en complément de l'information auditive.
- Proposer des tâches motivantes axées sur le développement social et affectif.
- Avoir recours à une pédagogie de la réussite dans le cadre de laquelle le joueur peut atteindre facilement ses objectifs.
- Respecter un modèle/rituel lors des séances de sorte que le joueur ait des repères et prenne confiance en lui.
- Proposer des tâches faciles et de courte durée afin d'éviter les problèmes de concentration.



### TENNIS ET DÉFICIENCE PHYSIQUE

Le groupe des déficiences physiques englobe de nombreux troubles touchant les os, les articulations ou le système nerveux. La déficience physique affecte le système moteur, ses effets se faisant plus particulièrement ressentir au niveau de l'activité motrice (Sanz, 2003). Le tennis en fauteuil roulant constitue la forme de tennis adapté qui compte le plus grand nombre de pratiquants et est un des sports adaptés les plus pratiqués dans le monde (Croft et al., 2010). Depuis son apparition aux États-Unis à la fin des années 70, le tennis en fauteuil roulant n'a cessé de voir croître son nombre de pratiquants. Le nombre de compétitions internationales a connu une progression similaire : en 2014, plus de 160 épreuves ont été organisées dans quelque 40 pays. Les matches se disputent toujours au meilleur des 3 manches (même dans les épreuves du Grand Chelem) ; la principale différence par rapport au tennis traditionnel tient au fait que le joueur a le droit de frapper la balle après le second rebond (ITF, 2016a). Cette adaptation du règlement repose sur l'idée de rendre le point plus long de sorte que le joueur en fauteuil roulant ait le temps d'atteindre des balles qu'il ne pourrait atteindre si un seul rebond était autorisé. Cette activité sportive adaptée réglementée par l'ITF envisage la pratique du tennis indépendamment du type de déficience physique (amputation simple ou double, traumatisme médullaire complet ou partiel, etc.) pour tous les joueurs en position assise dans un fauteuil roulant.

Aspects à prendre en compte pour l'enseignement du tennis aux personnes atteintes d'un trouble physique :

Toute personne atteinte d'une déficience fonctionnelle l'empêchant de pratiquer le tennis traditionnel peut jouer au

tennis en fauteuil roulant à condition que cette contrainte constitue un handicap minimal correspondant à au moins un des critères d'admissibilité (« minimum eligibility ») prévus dans le règlement établi par l'ITF

(ITF, 2016b). Cela montre bien que le spectre peut être très vaste (traumatisme médullaire, amputation, spina bifida, poliomyélite, etc.). Selon la situation, le joueur sera plus ou moins handicapé sur le plan fonctionnel pour accomplir diverses actions lorsqu'il jouera au tennis.

L'entraîneur doit donc connaître précisément le type de déficience dont le joueur est atteint ainsi que l'étendue de l'impact du handicap ainsi constitué. De manière plus générale, nous vous présentons ci-dessous une liste non exhaustive des aspects à prendre plus particulièrement en considération dans le contexte de l'enseignement du tennis à des personnes qui présentent un handicap physique, quel qu'il soit (Sanz, 2003 ; Sanz et Reina, 2012 ; USTA, 2006) :

- Connaître l'emplacement du trouble fonctionnel et le degré d'affection en résultant. Cela déterminera, entre autres, les techniques de frappe à privilégier.
- S'adapter au fauteuil roulant pour la pratique sportive (mobilité).
- Travailler sur des plans de frappe proches du corps et avec des mouvements en diagonale.
- Utiliser l'ancrage au fauteuil et le soutien que procure la main libre. Cela donnera confiance au joueur et apportera de la stabilité au corps lors de la frappe.
- Réduire les dimensions du court au niveau débutant pour une meilleure gestion de l'espace.
- Utiliser des raquettes plus légères et plus petites avec des joueurs présentant plus de limitations sur le plan fonctionnel.

Avant de conclure cet article, nous aimerions dire un mot sur le tennis handisport en position debout qui a fait son apparition depuis quelque temps et ouvre de nouvelles perspectives pour la pratique du tennis par des personnes ayant des aptitudes différentes. Il s'agit d'un tennis adapté à des personnes qui, bien qu'elles soient atteintes d'un handicap physique, peuvent jouer sur leurs deux jambes avec une prothèse. Cette forme de pratique en cours de développement, même si elle n'est pas encore généralisée dans tous les pays, séduit de plus en plus de joueurs ; d'ailleurs, on dénombre déjà quelques compétitions nationales et internationales, non homologuées par l'ITF.

### CONCLUSION

Hormis les bienfaits sur la santé qu'elle procure, la pratique sportive favorise de manière importante l'indépendance fonctionnelle et l'intégration sociale des personnes atteintes d'une forme de déficience (Gil, 2011). De même, le fait que le sport adapté offre un moyen de s'intégrer socialement et de recevoir de l'affection encourage les personnes handicapées à pratiquer un tel sport (Gutiérrez et Caus, 2006) ; la pratique d'un handisport est également bonne pour leur santé et leur permet de rester en bonne forme physique (Torralba, Braz et Rubio, 2014). La motivation des joueurs facilite ensuite la tâche de l'entraîneur.

Les entraîneurs qui enseignent le tennis à des personnes atteintes d'une forme de déficience doivent se rappeler des principes présentés dans cet article et posséder une bonne connaissance des différents types de déficiences afin d'être en mesure d'établir un plan de travail efficace.

En dehors des considérations que nous avons exposées, nous sommes d'avis que l'entraînement tennistique pour les personnes handicapées doit s'effectuer dans des environnements inclusifs, c'est-à-dire incluant à la fois des personnes valides et des personnes handicapées. Cette approche offrira non seulement des occasions d'apprentissage pour tous, mais permettra également aux personnes

handicapées de disposer d'écoles sportives où pratiquer le tennis dans un cadre normal tout en favorisant leur intégration. Outre les méthodologies proposées, l'utilisation adéquate de matériel et d'installations adaptés (dimensions du court, raquette et type de balle) contribuera grandement à l'évolution et à l'apprentissage des joueurs ayant une déficience, qu'elle soit physique, intellectuelle ou sensorielle.

## RÉFÉRENCES

- Bullock, M. (2007). Tenis para ciegos y personas con visión limitada. *ITF Coaching and Sport Science Review*, 43, 10.
- Croft, L., Dybrus, S., Lenton, J. & Goosey-Tolfrey, V. (2010). A comparison of the physiological demands of wheelchair basketball and wheelchair tennis. *Int J Sports Physiol Perform*, 5(3), 301-15. <https://doi.org/10.1123/ijssp.5.3.301>
- García Ferrando, M., & Llopis Goig, R. (2011). Ideal democrático y bienestar personal. Encuesta sobre los hábitos deportivos en España 2010. Consejo Superior de Deportes y Centro de Investigaciones Sociológicas, Madrid.
- Gutierrez, M, & Caus, N. (2006). Análisis de los motivos para la participación en actividades físicas de personas con y sin discapacidad. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 2(2), 49-64. <https://doi.org/10.5232/ricyde2006.0020>
- Gil, A. M. (2011). Avances en la investigación del deporte para personas con discapacidad. *Archivos de medicina del deporte*, 143(28), 165-167.
- International Tennis Federation (2016)a. Rules of wheelchair tennis. *ITF Wheelchair Tennis Regulations. International*, 4-5.
- International Tennis Federation (2016)b. The competitive wheelchair tennis player. *ITF Wheelchair Tennis Regulations. International*, 6-7.
- López, L., & López, G. F. (2013). Enseñanza del tenis para personas con síndrome Down. Una experiencia práctica. *EmásF: revista digital de educación física*, 20, 47-55.
- Sanz, D. (2003). El tenis en silla de ruedas, de la iniciación a la competición. Barcelona, Paidotribo.
- Sanz, D., & Reina, R. (2012). Actividades físicas y deportes adaptados para personas con discapacidad. Barcelona, Paidotribo.
- Sato, S., Tomosue, R., Sato, M., Yoshinari, K., Hirata, D., Tanaka, N., Takei, M., Matsui, A., & Azar, P. (2010). Análisis del juego de tenis para ciegos. *ITF Coaching and Sport Science Review*, 52(18), 15-16.
- Torralba, M. Á., Braz, M., & Rubio, M. J. (2014). La motivación en el deporte adaptado. *Psychology, Society & Education*, 6(1), 27-40. USTA. (2006). Manual para la enseñanza de Tenis Adaptado. New York, USTA. <https://doi.org/10.25115/psy.e.v6i1.50>
- Young, J. A. (2013). Entrenar a niños autistas: Puntos de vista de los entrenadores australianos. *ITF Coaching and Sport Science Review*, 59(21), 17-19.

CONTENIDO ITF ACADEMY RECOMENDADO (HAZ CLICK ABAJO)



Derechos de Autor (c) David Sanz et Alejandro Sánchez 2017



Este texto está protegido por una licencia [Creative Commons 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Usted es libre para Compartir —copiar y redistribuir el material en cualquier medio o formato— y Adaptar el documento —remezclar, transformar y crear a partir del material— para cualquier propósito, incluso para fines comerciales, siempre que cumpla la condición de: Atribución: Usted debe dar crédito a la obra original de manera adecuada, proporcionar un enlace a la licencia, e indicar si se han realizado cambios. Puede hacerlo en cualquier forma razonable, pero no de forma tal que sugiera que tiene el apoyo del licenciante o lo recibe por el uso que hace de la obra.

[Resumen de licencia](#) - [Textocompletodelalicencia](#)