

Programme de développement des habiletés de Racquetball Canada

Qu'apprennent les joueurs au troisième niveau?

Continuons! Au troisième niveau les joueurs apprennent à:

- Arbitrer selon les règles pendant une session de pratique.
- Recevoir un coup d'envoi frappé soi-même ou qui est donné à notre coup droit par un partenaire et faire un coup en parallèle depuis des positions déterminées telles qu'indiquées dans le bulletin.
- Recevoir un coup d'envoi frappé soi-même ou qui est donné à notre revers par un partenaire et faire un coup en parallèle depuis des positions déterminées telles qu'indiquées dans le bulletin.
- Recevoir un coup d'envoi frappé soi-même ou qui est donné à notre coup droit par un partenaire et faire un coup en croisé depuis des positions déterminées telles qu'indiquées dans le bulletin.



- Recevoir un coup d'envoi frappé soi-même ou qui est donné à notre revers par un partenaire et faire un coup en croisé depuis des positions déterminées telles qu'indiquées dans le bulletin.
- Recevoir une balle que l'on se donne ou qui est donné à notre coup droit par un partenaire et faire un coup tué au ras du sol depuis des positions déterminées telles qu'indiquées dans le bulletin.
- Recevoir une balle que l'on se donne ou qui est donné à notre revers par un partenaire et faire un coup tué au ras du sol depuis des positions déterminées telles qu'indiquées dans le bulletin.
- Recevoir une balle que l'on se donne ou qui est donné à notre coup droit par un partenaire et faire un coup dans un coin avant depuis des positions déterminées telles qu'indiquées dans le bulletin.
- Recevoir une balle que l'on se donne ou qui est donné à notre revers par un partenaire et faire un coup dans un coin avant depuis des positions déterminées telles qu'indiquées dans le bulletin.
- Servir un lob des deux côtés du court.
- Servir un service rapide des deux côtés du court.

Qui travaille avec les joueurs du troisième niveau?

Les entraîneurs de L'initiation au sport communautaire ou à L'introduction à la compétition de Racquetball Canada guideront votre enfant à travers les étapes du troisième niveau avec assiduité et structure, tout en mettant l'accent sur la bonne humeur. Le deuxième niveau développe les habiletés fondamentales du sport dans un environnement positif et distrayant. Les joueurs travailleront avec leurs entraîneurs pour frapper la balle avec facilité et régularité tout en apprenant de nouveaux types de frappe.

Comment seront évalués les joueurs du troisième niveau?

Les entraîneurs de L'initiation au sport communautaire ou à L'introduction à la compétition de Racquetball Canada ont défini avec soin les critères de performance des joueurs. Quand un entraîneur jugera qu'une évaluation est de mise, un bulletin facile à lire sera utilisé. Le but est d'avancer le joueur au quatrième niveau, toutefois l'amélioration et l'entrain sont aussi importants. Si un joueur a besoin de plus d'un retour à l'évaluation, il aura quand même un retour d'information positif qui renforcera ce qu'il a accompli et ce qui peut être encore amélioré. Racquetball Canada et ses instructeurs sont très sensibles et tiennent à encourager les joueurs tout spécialement à ce niveau.

Jouons!

Tout en jouant, essayez des frappes et des échanges différentes à chaque fois. Des rallyes de deux ou trois échanges tout en travaillant des variantes de services. Mélangez les approches. Amusez-vous en incorporant un pointage tout en améliorant vos habiletés.

A quoi s'attendre au prochain niveau?

- Apprendre à frapper une balle au plafond
- Faire quatre services lobs de base
- Accomplir trois services rapide de base

