

# SPORT ET SANTÉ

Les bienfaits pédagogiques et éducatifs des sports de raquettes



Mathilde Basnier, Lycée Molière, Villanueva de la Cañada

# Sommaire

## 1. Introduction:

- Le sport: synonyme de santé depuis l'Antiquité?
- Le sport en général a aussi des vertus pédagogiques et formatrices
- En particulier: la pratique de sports de raquette

## 2. Les bienfaits pédagogiques et éducatifs des sports de raquette.

## 3. Conclusion



# Introduction



Sport: activité qui requiert des efforts physiques et/ou mentaux, qui se pratique individuellement ou en équipe et qui est encadrée par des règles et des coutumes.



*« Le sport représente la meilleure école de la vie en enseignant aux jeunes les techniques et les valeurs dont ils ont besoin pour être de bons citoyens » (citation de Adolf Ogi, Conseiller spécial au Secrétaire Général des Nations Unies sur le sport pour le développement et la paix).*

# Bienfaits pédagogiques et éducatifs des sports de raquette

Les sports de raquettes ont des apports psychomoteurs et psychologiques ainsi que des bénéfices pédagogiques pour les personnes, en particulier les enfants.



Développement d'agilité, d'aptitudes motrices, coordination, concentration, attention...



Amélioration de la capacité d'apprendre, développement de l'autonomie, du sens de l'engagement...

# Conclusion

La pratique de sports de raquette est synonyme de bienfaits qui affectent positivement la santé des sportifs, contribuent à leur formation comme citoyen et comme élève/étudiant et forment une sociabilité et des prédispositions psycho-motrices favorables qui les préparent à leur insertion dans la société, dans le monde du travail et plus généralement dans leurs relations sociales et familiales.

