

NIVEAU 1

Echauffement

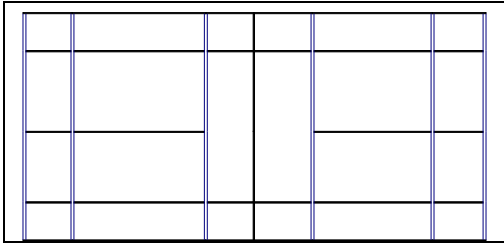
- 1) Mise en train, footing de quelques minutes dans le gymnase.
- 2) Mobilisations articulaires
- 3) Spécifique : travail de déplacement

Consignes = suivre les lignes du terrain en **pas chassés**.

Critères de réalisation =

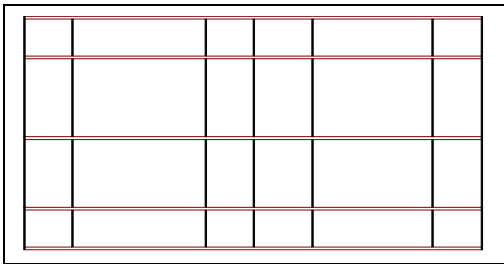
- Déplacements latéraux (parallèles au filet)

Pas chassés classiques.



- Déplacements vers l'avant du terrain

Pas chassés avec le pied « raquette » devant. (pied droit devant pour un joueur droitier)



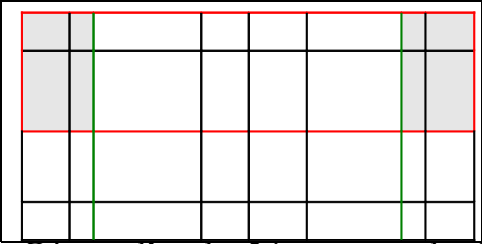
- Déplacements vers l'arrière du terrain

Pas chassés avec le pied « raquette » derrière. (pied droit derrière pour un joueur droitier)

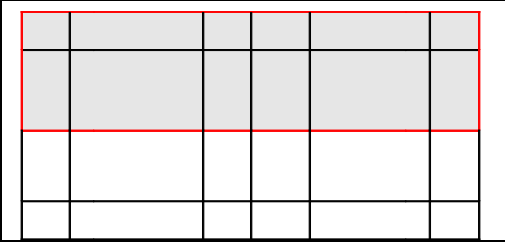
Situation pédagogique n°1 : l'attrape-volant

But	Dispositif
<ul style="list-style-type: none">➤ Se placer de profil, pied « raquette » derrière soi pour réaliser un dégagement.	Partenariat sur un demi-terrain Les 2 joueurs jouent en dégagement, en prenant bien soin de se placer de profil avec le bras libre semi-tendu devant soi au dessus de la tête.
Consignes	Critères de réalisation
<ul style="list-style-type: none">➤ Au signal du partenaire, le joueur doit s'organiser pour attraper le volant avec sa main libre au dessus de soi.	<ul style="list-style-type: none">• Pour réussir la saisie du volant, le joueur doit nécessairement réaliser une mise en rotation du corps et des épaules.• Tout volant non attrapé devant soi mais sur le côté n'est pas considéré comme validé.

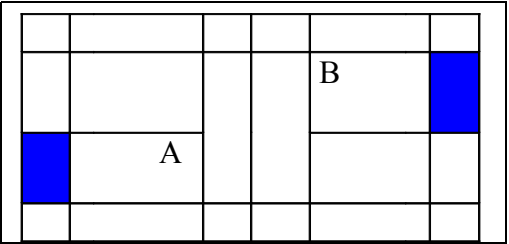
Situation pédagogique n°2 : le gagne-terrain

<p>But</p>	<p>Dispositif (jeu sur demi-terrain avec le couloir de double, pour un gain de place)</p>
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Gagner la rencontre ➤ Se placer de profil, pied « raquette » derrière soi pour réaliser un dégagement. 	<div style="text-align: center;">  </div> <ul style="list-style-type: none"> • Dès que l'un des 2 joueurs met le pied ou laisse le volant tombé dans la zone grisée, son adversaire marque 1 pt.
<p>Consignes</p>	<p>Critères de réalisation</p>
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Possibilité de faire évoluer la situation, si aucun pt n'est marqué (les joueurs s'arrangent quand ils sont dominés dans l'échange pour faire une faute avant que le volant n'atteigne la zone du fond) : ➤ 10 pts dans la zone du fond « grisée » et 1 pt pour le gain de l'échange (1 pt distribué à chaque échange). 	<ul style="list-style-type: none"> • Se placer de profil % au volant. • Jouer le volant bras presque tendu au dessus de soi. • Fouetter le volant (« frappe rebond »)

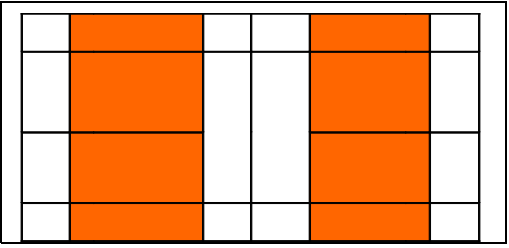
Situation pédagogique n°3 : le *jeu des services*

<p>But</p>	<p>Dispositif (jeu sur demi-terrain avec le couloir de double, pour un gain de place)</p>
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Gagner l'opposition ➤ Varier l'orientation du tamis et la vitesse communiquée au volant ➤ Gagner en maniabilité 	<div style="text-align: center;">  </div>
<p>Consignes</p>	<p>Critères de réalisation</p>
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Les joueurs servent à tout de rôle (il n'y a que des services pendant cette situation). ➤ On marque 1 pt lorsque l'on réussit à faire tomber le volant dans le terrain adverse sans que l'adversaire n'ait réussi à toucher le volant avec sa raquette. ➤ Tout le demi-terrain est une cible potentielle (même le couloir situé entre le filet et la ligne de service) 	<ul style="list-style-type: none"> • Tenir le volant par la jupe (entre le pouce et l'index). • Laisser tomber le volant (ne pas le lancer). • Varier l'orientation du tamis en modifiant légèrement sa prise de raquette.

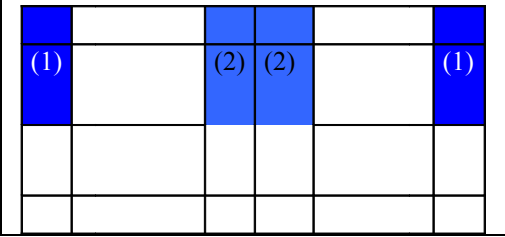
Situation pédagogique n°4 : défi-services

But	Dispositif (jeu sur terrain de simple normal)
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Gagner le défi-service ➤ Servir de manière règlementaire et mettre un maximum de volants dans la zone fond de court. 	
Consignes	Critères de réalisation
<ul style="list-style-type: none"> ➤ 10 Services chacun (exercice d'adresse, pas d'échanges) ➤ le gagnant du défi-service démarre la rencontre qui suit en menant 5 X 0. 	<ul style="list-style-type: none"> • Orienter sa raquette vers l'avant en fin de geste. • Fouetter le volant pour lui communiquer le maximum de vitesse. • Ne surtout pas lancer le volant.

Situation pédagogique n°5 : l'essuie-glace

But	Dispositif (jeu sur un terrain réduit dans sa longueur mais élargi avec les couloirs de double)
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Gagner le match 	
Consignes	Critères de réalisation
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Services croisés avec le couloir latéral comme en double. 	<ul style="list-style-type: none"> • Utiliser toute la largeur du terrain • Varier droite/ gauche mais aussi fixer son adversaire, ce qui nécessite de regarder le déplacement de l'adversaire pour prendre de l'info. • Jouer tôt le volant pour prendre l'adversaire de vitesse.

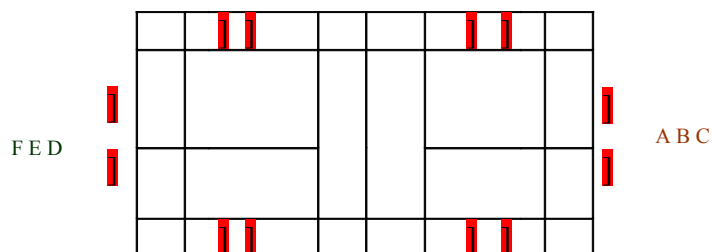
Situation pédagogique n°6 : construction de la profondeur et alternance jeu court (amorti) / jeu long (dégagement)

But	Dispositif (jeu sur demi-terrain avec le couloir de double, pour un gain de place)
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Gagner le match ➤ Décompte des points : 1 pt pour le gain d'un échange classique, 10 pts pour l'atteinte de la zone valorisée. 	
Consignes	Critères de réalisation
<ul style="list-style-type: none"> ➤ (1) la zone « fond de court » vaut 10 pts d'un coup si le joueur atteint cette zone sans que l'adversaire ne touche le volant. ➤ (2) idem avec la zone « filet » ➤ Ensuite on bonifie les zones (1) et (2) de la même façon. 	<ul style="list-style-type: none"> • Utiliser toute la longueur du terrain • Varier les dégagements et les amortis, ce qui nécessite de regarder le déplacement de l'adversaire pour prendre de l'info et jouer dans les espaces libérés. • Jouer tôt le volant pour prendre l'adversaire de vitesse.

NIVEAU 2

ECHAUFFEMENT (voir niveau 1)

Echauffement spécifique : « tournante »



Situation ludique qui permet de créer les conditions d'une mise en mouvement attrayante tout en obligeant également les élèves à mettre en place un déplacement efficace.

- ❖ 2 équipes s'affrontent sur un terrain de simple
- ❖ A sert en diagonale, de manière réglementaire, sur D, ensuite les frappes s'enchaînent jusqu'à ce que l'un des joueurs fassent une faute ou ne puisse remettre le volant (il est alors éliminé).
- ❖ Après chaque frappe, le joueur sort en passant par l'une des portes latérales et se replace au fond de son terrain en file indienne.
- ❖ Cette situation peut-être mise en place avec un nombre conséquent de joueurs sur un même terrain ; dès qu'il ne reste plus que 2 joueurs d'un côté, ceux-ci n'ont plus le temps de repasser au fond du terrain, ils ne font que passer par l'une des portes latérales et revenir.
- ❖ Quand il ne reste plus qu'un joueur sur un demi-terrain, il ne sort plus mais reste jusqu'à ce qu'il perde l'échange.

On peut envisager également de mettre en place cette situation d'échauffement en « individuel » et non pas sur un mode collectif, en continuant le jeu jusqu'à une finale entre les 2 joueurs restant.

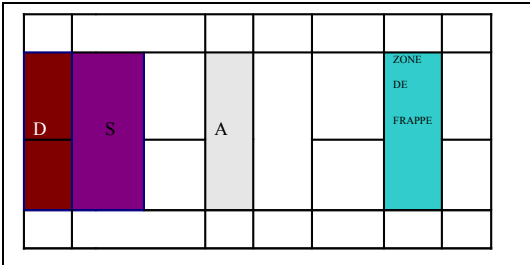
Situation pédagogique n°1: travail du déplacement

But	Dispositif
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Situation avec un relanceur en « poste fixe » ➤ Se déplacer de manière équilibrée et rester face au filet pour percevoir la trajectoire du volant. 	
Consignes	Critères de réalisation
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Le joueur doit renvoyer le volant en direction de son partenaire sur son poste fixe et aller toucher un plot avec sa raquette. ➤ Le relanceur se place au centre de son demi-terrain et effectue des renvois à trajectoires « lentes ». ➤ Complexification : plus on va rapprocher le relanceur du filet, moins le partenaire aura de temps pour frapper et se déplacer. ➤ Possibilité également de jouer sur la variable « espacement des plots ». 	<ul style="list-style-type: none"> • Jouer tous les volants sur son coup droit. • Se déplacer buste orienté vers le partenaire en positionnant son pied raquette vers l'arrière quand on recule, et le pied raquette vers l'avant quand j'avance.

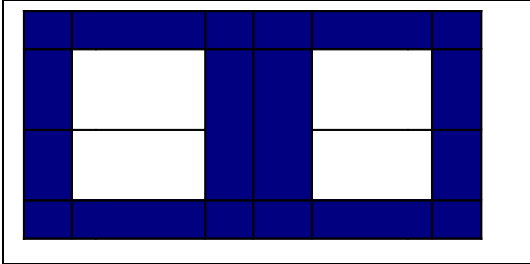
Situation pédagogique n°2 : jeu avec thème « services »

But	Dispositif : jeu sur terrain de simple classique
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Gagner le match ➤ Utiliser le service pour mettre l'adversaire en difficulté. 	
Consignes	Critères de réalisation
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Jeu à thème : service gagnant donne 10 pts au serveur (service gagnant : « ace » ou faute du relanceur). ➤ 2 services à la suite chacun ➤ si le service n'est pas gagnant, l'échange continue et donne 1 point au joueur qui le remporte. 	<ul style="list-style-type: none"> • Varier les services (longs et qqfois courts). • Prendre des risques sur sa mise en jeu.

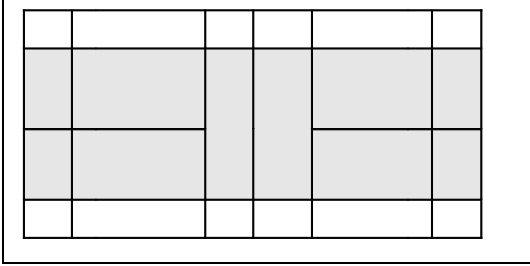
Situation pédagogique n°3 : travail technique en « multivolants »

<p>But</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Gagner l'opposition ➤ Acquérir les 3 types de frappes hautes offensives (smash, amorti, dégagement offensif). 	<p>Dispositif : jeu sur terrain de simple classique</p> 
<p>Consignes</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Jeu en multi-volants : 10 services en direction du mi-court reculé. ➤ Réalisation de 10 « amortis », 10 « smashes » et 10 « dégagements ». ➤ 1 pt dès que la cible recherchée est atteinte. ➤ Le receveur qui réalise le travail technique a le droit de ne pas jouer le volant si celui-ci est mal donné. 	<p>Critères de réalisation</p> <ul style="list-style-type: none"> • Smash : jouer le volant franchement devant soi et finir raquette tête vers le bas. • Amorti : jouer le volant légèrement devant soi, bras presque en extension et finir son geste à hauteur du visage. • Dégagement offensif : frapper le volant au dessus de soi, bras « tendu » et finir raquette haute devant soi.

Situation pédagogique n°4: jeu tactique d'agrandissement du court.

<p>But</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Gagner le match ➤ Construction d'un « grand terrain » (profondeur, largeur). ➤ Intégrer la variété et la prise en compte du remplacement adverse dans le jeu. 	<p>Dispositif : jeu en simple sur terrain de double.</p> 
<p>Consignes</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Jeu normal sur terrain de double, 1 pt par échange sauf lorsque le volant tombe <i>directement</i> au sol dans les zones soulignées. (10 pts). 	<p>Critères de réalisation</p> <ul style="list-style-type: none"> • Elargir l'espace de jeu recherché et alterner le jeu dans la largeur et la profondeur. • Jouer à l'opposé du remplacement adverse pour le mettre loin du volant (10 pts).

Situation pédagogique n°5 : jeu avec thème « smash »

<p>But</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Gagner le match ➤ Utiliser le smash pour gagner le point. 	<p>Dispositif : jeu sur terrain de simple classique</p> 
<p>Consignes</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Jeu à thème : smash gagnant donne 10 pts au joueur (smash gagnant : volant non touché par l'adversaire ou faute du relanceur). ➤ Lorsque le point ne se termine pas par un smash, l'échange donne 1 point au joueur qui le remporte. 	<p>Critères de réalisation</p> <ul style="list-style-type: none"> • Prendre l'initiative dès que le volant est favorable pour smasher. • Jouer le volant devant soi et s'engager avec son corps pour donner du « poids » au volant (mise en rotation des épaules en préparation).

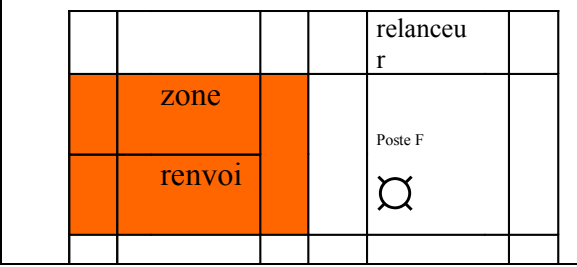
NIVEAU 3

POUR CE NIVEAU DE JEU (QUI CORRESPOND À UNE CLASSE DE TERMINALE DANS NOTRE CLASSIFICATION), IL NOUS SEMBLE OPPORTUN DE METTRE L'ACCENT AU FIL DU CYCLE SUR LA TERMINOLOGIE « BADISTE » :

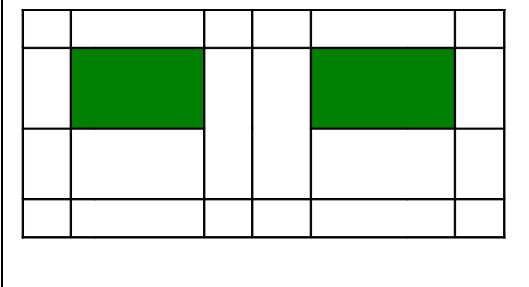
- 1) AMORTIS, CONTRE-AMORTIS**
- 2) DÉGAGEMENTS**
- 3) DRIVES**
- 4) JEU EN « LIGNES BRISÉES »**
- 5) DÉPLACEMENTS EN PAS CHASSÉS.....**

PAR LE BIAIS DE CETTE VULGARISATION DU LEXIQUE DU BADMINTON, NOUS RECHERCHONS LA FACILITATION DE L'ANALYSE DU JEU CHEZ NOS ÉLÈVES.

Echauffement : déplacements + travail de « désinformation »

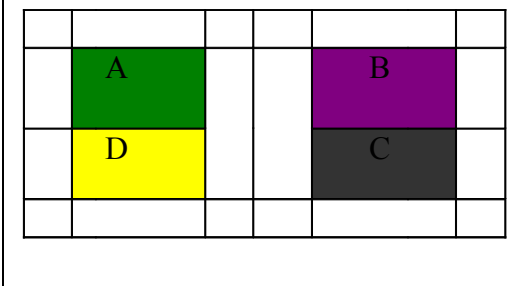
<p>But</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ travail des déplacements en pas chassés. ❖ Initiation aux feintes et à la désinformation pour le joueur placé en position de « poste fixe ». 	<p>Dispositif : jeu sur terrain de simple classique</p> 
<p>Consignes</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Pendant 30'', un joueur placé à proximité du filet renvoie avec incertitude le volant dans tout le terrain adverse. ○ Le partenaire s'arrange, de son côté, pour renvoyer systématiquement le volant sur le relanceur. 	<p>Critères de réalisation</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Relâcher la saisie du grip pour pouvoir feinter le partenaire en modifiant subitement l'angle de la raquette et donc la trajectoire donnée au volant. ✓ Varier les trajectoires sans chercher à accélérer le jeu. (trajectoires lentes).

Situation pédagogique n°5 : jeu en drive

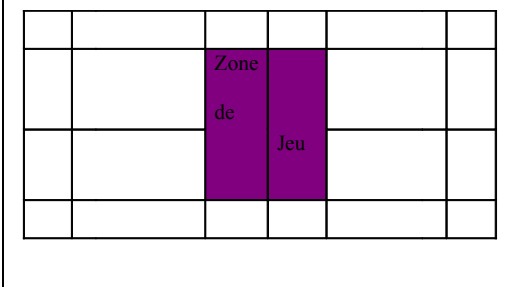
<p>But</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Gagner le match ➤ Jouer tendu, ne pas relever le volant. 	<p>Dispositif : jeu sur terrain réduit</p> 
<p>Consignes</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Jeu sur terrain réduit : jouer vite et tendu, servir court. ➤ Eviter absolument de lever le volant pour ne pas donner de volants d'attaques à son adversaire. 	<p>Critères de réalisation</p> <ul style="list-style-type: none"> • Prendre l'initiative dès que le volant est favorable pour smasher. • Se positionner jambes fléchies pour pouvoir réagir précocement et jouer raquette haute.

Situation pédagogique n°6 : jeu en drive (bis)

Complexification de la situation précédente.

<p>But</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Gagner l'opposition en étant le dernier à qui il reste des points. ➤ Jouer tendu, ne pas relever le volant. ➤ Renvoyer le volant dans les zones défendues par les adversaires de l'autre côté du filet. 	<p>Dispositif : jeu sur terrain réduit</p>  <p>Jeu individuel, même si A-D et B-C se trouvent du même côté du filet.</p>
<p>Consignes</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Les joueurs disposent tous d'un capital de 15 pts au début du match. ➤ Dès que l'un des joueurs fait une faute, il perd un point ➤ Jeu sur terrain réduit : jouer vite et tendu, servir court. ➤ Eviter absolument de lever le volant pour ne pas donner de volants d'attaques aux adversaires. 	<p>Critères de réalisation</p> <ul style="list-style-type: none"> • Prendre l'initiative dès que le volant est favorable pour smasher. • Se positionner jambes fléchies pour pouvoir réagir précocement et jouer raquette haute.

Situation pédagogique n°7 : jeu en contre-amorti au filet

<p>But</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Gagner le match ➤ Jouer en contre-amorti droit et/ou croisé. 	<p>Dispositif : jeu sur terrain réduit</p> 
<p>Consignes</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Jeu sur terrain réduit. ➤ Jouer court, ne pas relever le volant. 	<p>Critères de réalisation</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ne pas effectuer de mouvements verticaux avec sa tête de raquette (le tamis doit rester vertical) pendant le contre-amorti. • Raccourcir sa prise de raquette en montant les doigts sur le manche pour gagner en précision. • Servir court juste derrière le filet.

Bien évidemment, les situations mises en place au niveau 2 (ou s'inspirant des propositions du niveau 2) restent tout à fait d'actualité pour les élèves lors d'un 3^{ème} cycle au lycée. La non présentation de ces exercices visaient simplement à ne pas être redondants vis à vis de situations déjà décrites.