

ACADEMIE DE MARTINIQUE

STAGE DE BADMINTON

29 et 30 Mars 2007

A. LE REGLEMENT

Hauteur du filet : 1m50

Limites du terrain

Tirage au sort : on jette le volant en l'air, la direction du bouchon indique le vainqueur du toss : choix de servir ou du terrain.

Service en diagonale par le bas, tamis sous la main, volant sous la taille, pieds fixes

Celui qui gagne le point sert

Tous les points sont comptabilisés, que je sois serveur ou relanceur

Le vainqueur du set précédent sert au début du suivant

Les lignes font partie du terrain. Pas de let.

Quand je sers, je me place à droite si mon score est pair, à gauche si impair

Set de 21 points. 2 points d'écart jusqu'à 29, puis point de gain du set pour les 2 joueurs (résultat : 2 points d'écart ou 30-29 maxi)

B. ASPECTS TECHNIQUES ET TACTIQUES

PRINCIPES TECHNIQUES SUCCINTS

- Frappe haute

Trajectoires produites : dégagement, smash, amorti (voir schéma).

Prise : universelle (le creux du V formé par le pouce et l'index dans l'axe DE LA TRANCHE de la raquette) : elle va permettre une bonne évolution du joueur en favorisant l'armé du bras, le coup de fouet, la frappe le plus haut possible.

ATTENTION à ne pas laisser l'index le long du grip.

Préparation : de profil, coude au niveau de l'épaule, raquette pointée vers le haut (la main libre pointe le volant (pas un viseur en soi, mais mise de profil facilitée).

Frappe : Pousser jambe arrière qui déclenche la frappe le plus haut possible. Retour 180° après la frappe.

- Frappe basse

A n'utiliser que si la trajectoire reçue est sous le niveau du filet.

Trajectoires produites : dégagement ou lob, drive (niveau épaule), amorti ou contre amorti.

Prise : universelle en coup droit
huitième de tour et pouce en revers.

Préparation : Extension supination en coup droit, pronation en revers. Possibilité de placer la main plus haut sur le grip lors des frappes au filet

Frappe : Coup de fouet de l'avant bras et du poignet. Fente jambe droite en coup droit comme en revers.

· Jeu de jambes

Points clés :

Permettre une préparation efficace

Démarrer tôt le déplacement

Atteindre rapidement toutes les zones du terrain

Etre équilibré

Revenir rapidement au centre

Chronologie des actions des jambes :

Sursaut préparatoire en position d'attente

Fente sur frappe basse ou pas chassés arrières sur frappe haute avec ciseau éventuel.

Retour pieds parallèles pour nouveau sursaut préparatoire

PRINCIPES TACTIQUES SUCCINTS (en simple)

Développement de l'aspect tactique en parallèle des progrès techniques (ceux ci ne servant que pour une meilleure utilisation tactique).

Etape 1 : Renvoyer le volant (ne pas perdre)

Etape 2 : Jouer long avec amorti éventuel.

Etape 3 : Débordement (smash et drive : la cible devient verticale)

Etape 4 : Faire parcourir des distances longues à son adversaire, utiliser le smash à bon escient. La cible devient mixte.

Etape 5 : Jouer sur le point faible, jouer à contre pied.

Etape 6 : Jouer plus vite (mais pas plus fort).

C. ASPECTS DIDACTIQUES ET PEDAGOGIQUES

THEMES DE TRAVAIL UTILISES

1. Le service.
2. Trajectoires produites.
3. Jeu de jambes.
4. Tactique utilisé

Thèmes	Niveaux	Niveau 1	Niveau 2
Service		Met simplement en jeu (mi-court)	Sert long mais peu précis
Jeu de jambes		Pas de sursaut Peu de déplct Ne recule pas (ou de face)	Pas de sursaut Reculé (parfois de profil) Remplacement mais tardif et pas pieds parallèles
Trajectoires Produites		Coup d'opposition faible A mi-court Axe central Frappe de face, juste au-dessus de la tête	Frappe plus forte, (joueur parfois de profil) Traj plus variées en hauteur et longueur mais peu précises
Tactique Utilisée		Adv = Part Renvoie dans le camp adverse	Repousse l'adv, le fait avancer. Parfois, le « transperce »

OBJECTIF : envoyer consciemment le volant hors de portée de l'adversaire.

Bilan de fin d'étape : prise qui devient correcte, déplacements dynamiques mais déséquilibrés, variété dans les longueurs de trajectoires, sait compter les points, gagne le point de manière consciente par déplacements en profondeur de l'adv.

SITUATIONS PEDAGOGIQUES : DU NIV 1 VERS LE NIV 2

1) SERVICE :

un serveur qui tente de faire passer son service au dessus de l'adversaire bras tendu (pas d'échanges).

2) TRAJECTOIRES PRODUITES :

- Jonglages en variant hauteurs d'envoi et types de frappe (hautes et basses). Au signal, arrêter le volant dans sa raquette.
- ECH : Au signal, recevoir le volant sur la tête ou dans la main libre bras tendu.
- ECH et DUEL : dans un terrain (de plus en plus) éloigné du filet (zone avant interdite).

- ECH : entre chaque frappe, tourner la raquette dans sa main, regarder le sol entre chaque frappe, tourner sur soi-même, toucher une ligne ou un plot, annoncer le nombre de doigts lu sur la main d'un joueur en attente au filet.
- ECH : un joueur annonce (en frappant le volant) à son adversaire la trajectoire que celui-ci doit réaliser (court ou long).

3) JEU DE JAMBES :

- ECH : se déplacer parallèlement au filet sur la largeur du terrain en échangeant. Faire un aller-retour en ayant frappé 12 fois le volant (à 2), puis 10, puis 8 et 6 fois (accélération du jeu de jambes).
- ECH et DUEL : Tournante dans son propre terrain.
- ECH : ½ terrain avec couloir contre tout le terrain. Faire l'adversaire se déplacer pour frapper. Attention, on est partenaire, on fait travailler l'autre...

4) TACTIQUE : LES JEUX A THEMES :

- DUEL : « l'handicap » : ½ terrain (avec couloir) contre tout le terrain (on est adversaire !).
- DUEL : « la rivière » : zone au centre (en largeur) interdite. Si le volant y tombe, il est out.
- DUEL : Le « Résister » : un joueur contre 3 ou 4 autres. Ceux-ci jouent un point complet à tour de rôle. Leur but est de faire faire le plus de fautes à celui qui est seul (qui doit donc résister) pendant 2 minutes et le plus rapidement possible. On ne compte que les points perdus par celui qui est seul.
- DUEL : Le « résister » mais les 3 ou 4 joueurs frappent le volant à tour de rôle.
- DUEL : « Les 100 points » : Sur ½ terrain ou terrain complet en 1c1 : si le volant tombe chez l'adversaire sans que celui-ci ne le touche = 100 points.
- Organisation du « Qui perd sort » : Situation intéressante si on a insisté sur l'importance du service : 2 joueurs jouent le point et 2 joueurs près du filet. Le point est joué, celui des 2 joueurs qui le gagne reste sur le terrain, et le perdant se fait remplacer par le premier des 2 joueurs qui était en attente. Chacun compte ses points individuellement.

NB : Le « qui perd sort », comme la montante-descendante sont des organisations utilisables sur de nombreux jeux à thèmes, et non des situations pédagogiques. A 4 joueurs, on peut aussi utiliser l'organisation 3 c 1 : 1^{er} à 3 points pour remplacer celui qui est seul.

Niveaux	Niveau 2	Niveau 3
Thèmes		
Service	Sert long mais peu précis	Long ou court manque précision
Jeu de jambes	Pas de sursaut Reculé (parfois de profil) Remplacement mais tardif et pas pieds parallèles	Sursaut si tps suffisant Déplacem ^{ts} équilibrés reculé souvent de profil, ciseau difficile : Le joueur est dans le tps (pas d'avance).
Trajectoires	Frappe plus fort, (joueur parfois de profil)	De profil en appui sur jbe arrière (frappe hte)

Produites	Traj plus variées en hauteur et longueur mais peu précises	Maîtrise le dégagé, l'amorti et le smash (donc le plan de frappe)
Tactique Utilisée	Repousse l'adv, le fait avancer. Parfois, le « transperce »	Prend l'adv de vitesse (traj variées) Sait juger de l'efficacité de son coup. Imprécis sous pression

OBJECTIF : savoir enchaîner des trajectoires variées pour gagner le point.

Bilan de fin d'étape : prise quasi maîtrisée. Dans un contexte favorable : déplacements équilibrés, remplacement au centre, trajectoires variées. En difficulté : problèmes d'équilibre, de précision des trajectoires, retourne difficilement la situation.

SITUATIONS PEDAGOGIQUES : DU NIV 2 VERS LE NIV 3

1) SERVICE :

un serveur qui tente de faire passer son service au dessus de l'adversaire bras tendu (au fond).

2) TRAJECTOIRES PRODUITES :

- Jonglages en courant, en reculant. Au signal, s'arrêter et bloquer le volant dans sa raquette.
- ECH : Contrôle pour soi-même et renvoi.
- ECH : A 4, 2 au filet qui échangent, 2 au fond qui échangent au dessus d'eux.
- ECH ou DUEL : dégagé sur dégagé, faire sortir son adversaire du terrain.H
- ECH : Entre chaque frappe, tourner la raquette dans sa main et retrouver la bonne prise.
- ECH : « Miroir » : Faire la même trajectoire que l'adversaire.
- ECH : A 4, jeu sur ½ terrain face à face, au signal, 2 échangent les positions. Idem en diagonale.
- ECH : Echanges rapides à 2 ou 3 m du filet.
- ECH : Engager 2 volants simultanément et les jouer. Si l'un tombe, on continue avec l'autre et on essaye de ramasser le 1^{er} et l'engager au bon moment sans s'arrêter.
- ECH : L'un des 2 joueurs joue haut et montre par un geste le coup que l'autre doit réaliser.
- ECH : A et B sont ensembles et fixes (1 à droite, 1 à gauche), C et D en face sont mobiles. A envoie sur C, C sur B, B sur D et D sur A. C et D se déplacent quand ils ont frappé. A et B doivent voir où ils se situent avant de renvoyer.

3) JEU DE JAMBES :

- ECH : 2 (1 à dte, 1 à gche) contre 1. Les 2 joueurs croisent, l'autre joue lg de ligne (faire

un 8).

- ECH: $\frac{1}{4}$ de terrain contre tt le terrain.
- DUEL : Faire partir l'adversaire avec un décalage : pied sur la ligne opposée (ou d'un plot).

4) TACTIQUE : LES JEUX A THEMES :

- DUEL : « l'handicap de terrain » : $\frac{1}{4}$ de terrain avec couloir contre tout le terrain. Cette fois, on est adversaire.
- DUEL : « la rivière » : zone de formes variées décidées par l'enseignant. Si le volant y tombe, il est out. Possibilité de laisser à chacun des 2 joueurs, le choix d'une zone interdite pour l'autre.
- DUEL : Le « Résister » ou les « 100 points » du niveau 1: ça fonctionne à ts les niveaux !
- DUEL : L'un des 2 joueurs accélère tout, l'autre ralentit.
- DUEL : Jeu « des portes » : 1 contre 3. Celui qui est seul place une porte du côté adverse par laquelle les 3 doivent passer pour entrer sur le terrain avant de frapper à tour de rôle.
- DUEL : « Revers gagnant » : si le joueur joue sur le revers adverse et gagne le point directement ou sur le coup suivant, il gagne 100 points.
- DUEL : « L'handicap de coup » : Amorti ou smash ou dégagement interdits.
- DUEL : « Les zones » : 1 zone (au choix ou imposée) vaut 3 ou 100 points, ou interdit d'envoyer 2 fois de suite dans la même zone. Possibilité de faire 2 ou 3 zones.

Hervé Allender - Académie de Martinique - Stage badminton 2007