Une initiative de Commission européenne

Adeps FÉDÉRATION WALLONIE-BRUXELLES

FÉDÉRATION WALLONIE-BRUXELLES SPORT-ADEPS.BE

#BEACTIVE EUROPEAN WEEK OF SPORT



DOSSIER TECHNIQUE

AirBadminton
The New Outdoor Game

Dans le cadre de la semaine européenne du sport 2021

www.lfbb.be
+32 2 389 98 22
secretariat@lfbb.be

Boulevard de France 9A
1420 BRAINE-L'ALLEUD
BELGIQUE

Sommaire

L'appellation « AirBadminton » fait référence à l'environnement extérieur, par le mot "Air", tout en gardant la référence au" badminton", mot ne devant faire l'objet d'aucun compromis.

Le nom conceptualisé de AirBadminton vise à créer une marque forte et reconnaissable en accord avec les racines du sport, facilitant et promouvant les principaux messages de divertissement, de participation et d'inclusion dans le sport.

1 ..... Le AirBadminton

2 ..... Le défi Airbadminton

3 ..... Les fiches pédagogiques

4 ..... La grande famille du badminton

5 ..... Plus d'infos et contacts

LE AIRBADMINTON

Qu'est-ce que le AirBadminton?

Le AirBadminton, ce nouveau concept de jeu extérieur, amusant et inclusif pour tous, a été conçu par la Badminton World Federation (BWF).

Au travers du AirBadminton, la BWF souhaite faciliter l'accès au badminton dans une nouvelle forme, extérieure, avec de nouvelles règles, de nouveaux terrains et un nouveau volant.

Ce nouveau jeu de développement du badminton de plein air, récréatif et compétitif, est considéré comme essentiel pour promouvoir le sport pour tous.

Le AirBadminton vise à créer des opportunités pour toute personne, quel que soit son âge, de jouer au badminton sur des surfaces dures, sableuses ou en gazon dans les parcs, les jardins, les rues, sur les terrains de jeux et les plages du monde entier.

Concrètement, le AirBadminton, ça ressemble à quoi?
https://www.youtube.com/watch?v=FYLJvXb7tOU&t=1s



Le AirBadminton en 90 secondes
https://www.youtube.com/watch?v=7FmzTXWLM_Q&list=PLYqPBxMmvqpKqdGXo4QVXA1lIXg-EOWxH&index=27

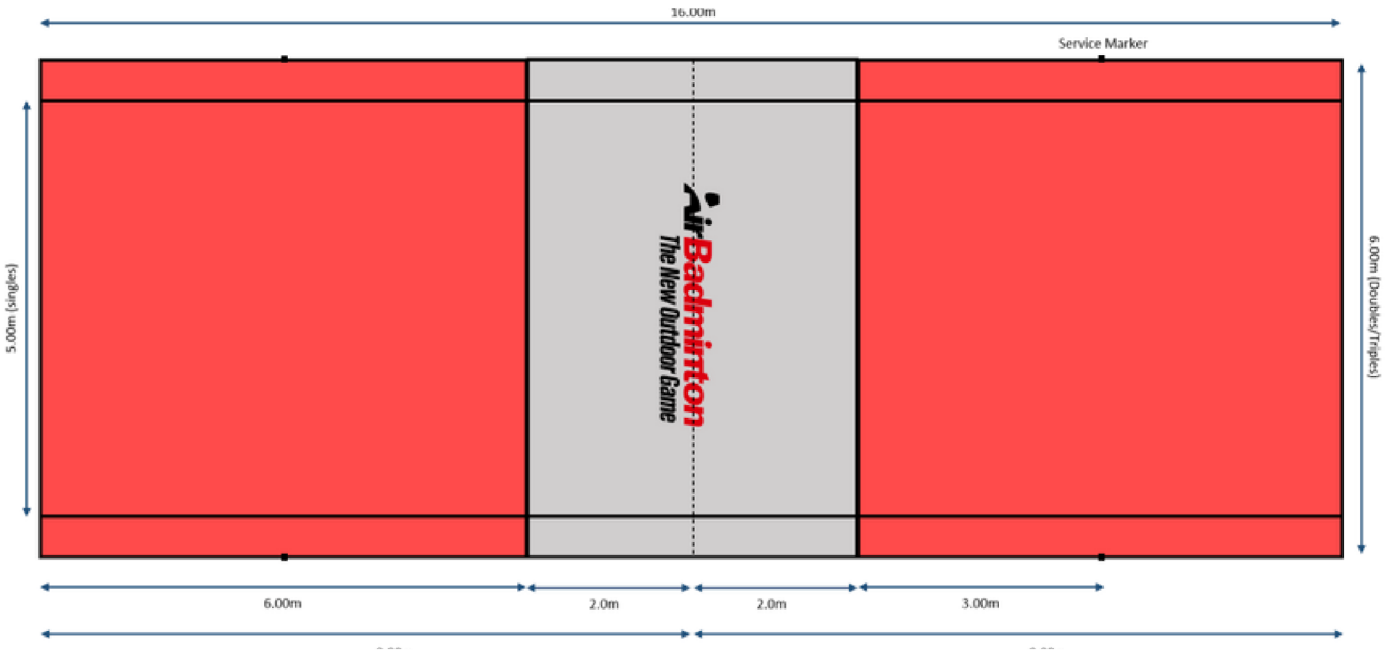
Pourquoi jouer au AirBadminton?

Le badminton est un sport populaire, amusant et inclusif pratiqué par plus de 300 millions de personnes dans le monde.

Le AirBadminton encourage la participation et l'enthousiasme avec une pléthore d'avantages sociaux mais aussi pour la santé.

Sa pratique améliore les qualités physiques, aide à prévenir le stress, à réduire le risque de myopie chez les enfants, à éliminer le risque de problèmes de santé (hypertension artérielle, diabète et obésité) ou encore à se maintenir en forme.
Rappelons qu'une heure de badminton peut brûler plus de 450 calories !

TERRAIN & ÉQUIPEMENT



Dimensions

Le terrain de jeu pour le AirBadminton est un rectangle mesurant 16m x 6m pour les doubles et triples, et de 16m x 5m pour les simples ; entouré par une zone libre qui est de 1m minimum sur tous les côtés.

Le terrain de AirBadminton est plus long que le terrain de badminton pour améliorer la performance de vol du AirShuttle et favoriser des échanges plus divertissants.

Zone morte

Le AirShuttle s'avérant difficile à contrôler pour les coups au filet, la zone du filet a été retirée et remplacée par une zone morte (*en gris*) qui encourage les coups en dehors de celle-ci et facilite les situations d'échanges.

Le joueur n'a pas le droit d'entrer au sein de cette zone pour frapper le AirShuttle; après le coup, le joueur est libre de parcourir ou d'atterrir au sein de la zone.



Surfaces

Le AirBadminton est conçu pour être joué sur 3 surfaces dynamiques: **dure**, **gazon** et **sable**, avec pour but d'augmenter l'accès au sport à tous et partout, notamment dans des parcs, jardins, rues et plages du monde entier.



Sécurité & orientation

Il est important que toutes les surfaces soient le plus nivelées et uniformes possible, sans cailloux, trous et toute autre chose pouvant présenter un risque pour les joueurs.

La météo ne doit présenter aucun risque de blessures pour les joueurs. Le vent doit être assez faible (inférieur à 12km/h) pour permettre des conditions de jeu normales.

Quand cela est possible, le terrain devra être installé perpendiculairement au vent dominant afin d'assurer une meilleure résistance au vent.

Il est recommandé que le terrain soit installé dans une orientation Nord-Sud afin de réduire l'éblouissement du soleil et dans une zone où le terrain est protégé de vents violents.



Conversion des terrains

Il est possible d'adapter des terrains existants à la pratique du AirBadminton. Il suffit:

- d'augmenter la longueur du terrain de **badminton** aux deux extrémités;
- de réduire la largeur d'un terrain de **beach volley** d'1m de chaque côté.



Monter un terrain

L'installation d'un terrain de AirBadminton est très simple, rapide, peu onéreuse et possible sur de nombreuses surfaces. Le matériel nécessaire est réduit.

How to set an AirBadminton Court?
https://www.youtube.com/watch?v=Yt0k83Q2QPc

AIRSHUTTLE

Le AirShuttle, fruit de plusieurs années de recherches, est un volant spécialement conçu pour la pratique en extérieur; il offre une résistance accrue au vent et permet une meilleure expérience lors de la pratique du badminton en plein air.

RAQUETTE

Le AirBadminton a été conçu pour être joué avec les raquettes de badminton traditionnelles.
Le AirShuttle étant plus lourd qu'un volant indoor, il est recommandé d'utiliser une tension plus basse (entre 8 et 9kg / 17,5-20 les) et des cordages plus épais pour jouer au AirBadminton.



LIGNES DE COURT

2 lignes de 16m & 4 lignes de 6m, d'une largeur de 4 à 5 cm et contrastant avec la couleur de la surface, suffisent à ériger un terrain de AirBadminton.

Les lignes et un système d'accroche adaptés à la surface doivent être prévus:

- Surface dure: peinture / craie / cônes / lattes et angles...
- Gazon: rubans résistants & chevilles.
- Sable: rubans résistants, chevilles & disques d'ancrage reliés par un élastique.

SYSTÈME DE FILET

Un système de filet composé de poteaux et d'un filet de min. 6m de longueur est nécessaire.
La hauteur du filet varie en fonction de la surface:

- Sur gazon et surface dure, le haut du filet doit être à 1.52m au centre du terrain et à 1.55m au-dessus des lignes latérales de double et triple.
- Sur le sable, le haut du filet doit être à 1.45m au centre du terrain et à 1.5m au-dessus des lignes latérales de double et triple.

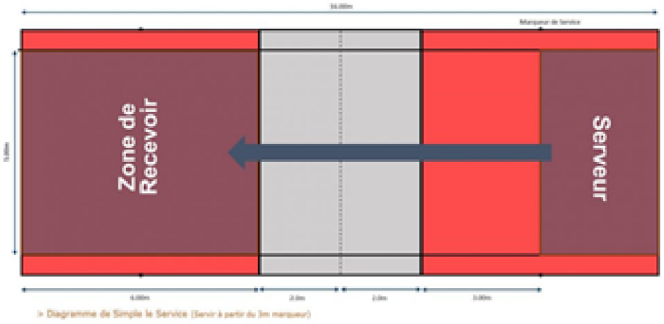
RÈGLES DU JEU

Le AirBadminton est fondamentalement similaire au badminton d'intérieur. Cependant, il y a plusieurs différences entre les deux pratiques qui influencent la stratégie des joueurs, la façon de jouer et les techniques.

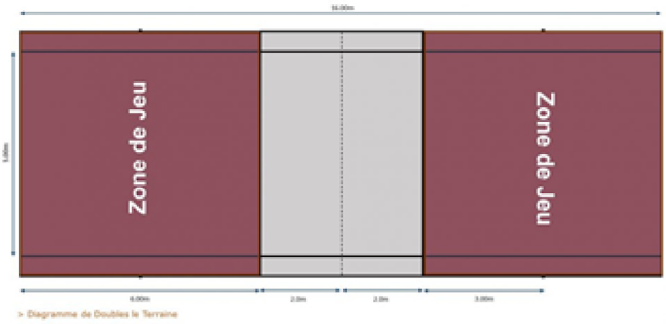
But du jeu

Le but du jeu est de marquer des points en :

- Faisant atterrir le AirShuttle sur le terrain de votre adversaire ;
- Forçant votre adversaire à jouer le AirShuttle en dehors de la zone de jeu ;
- Forçant votre adversaire à jouer le AirShuttle dans le filet ;
- Atteignant le corps de votre adversaire avec le AirShuttle.



> Diagramme de Simple le Service (Servir à partir du 3m marqueur)



> Diagramme de Doubles le Terrains

Participants

Le AirBadminton peut être joué en :

- Simple (1 VS 1),
- Double (2 VS 2),
- Triple (3 VS 3).

Service

Il y a un marqueur bien visible à 3m sur la ligne latérale. Le joueur doit servir depuis n'importe quel endroit au sein du terrain derrière ce marqueur, avec les deux pieds au sol. Le joueur pourra servir n'importe où dans le terrain adverse au-delà de la ligne de 2m.

Le AirShuttle en entier devra se trouver en dessous de la hauteur du filet au moment de l'impact. De ce fait, la trajectoire du AirShuttle va de bas en haut depuis la raquette du serveur.

Après le service, les échanges sont joués dans toute la zone de jeu.

Informations sur les triples

Les triples sont une nouvelle discipline excitante et rapide où la stratégie et la communication jouent un rôle clé entre les partenaires.

En triples, les joueurs de chaque équipe n'ont pas le droit d'exécuter deux frappes consécutives. Le joueur doit permettre à un autre membre de l'équipe d'exécuter le prochain coup.

Dans n'importe quel jeu, le droit de servir doit aller consécutivement du serveur initial qui a démarré le jeu; à n'importe quel joueur du camp adverse; à un des partenaires du serveur initial; à n'importe quel partenaire du premier serveur du camp adverse; au troisième partenaire du serveur initial; au troisième partenaire du camp adverse; au serveur initial et ainsi de suite.

LE SCORING EN AIRBADMINTON

Activités récréatives

Pour les activités récréatives en AirBadminton, la BWF recommande un système de scoring en 3 sets gagnants de 11 points.

Cependant d'autres systèmes peuvent être utilisés pour s'adapter aux considérations locales.

Points importants :

- Si le score est de 10 égalité, le premier à avoir deux points d'avance remportera le set.
- Si le score est de 12 égalité, le joueur/équipe remportant le 13ème point remportera le set. Le côté gagnant servira en premier dans le set suivant.
- Les joueurs devront changer de côté durant chaque set quand le premier joueur/équipe atteindra 6, ainsi qu'à la fin de chaque set.

Le relais par équipe pour les compétitions

Pour les compétitions de AirBadminton, la BWF recommande un système de relais par équipe.

Les équipes doivent être mixtes (de 2 à 4 hommes & de 2 à 4 femmes).

Chaque manche est constituée de 5 matches - 1 double dames; 1 double hommes; 1 double mixte; 2 triples.
Le 1er triples doit être joué par 2 hommes et 1 femme; le second devra être joué par 2 femmes et 1 homme.



Scoring

Le gagnant de la manche est l'équipe atteignant 100 points en premier.

- Le 1er match se joue en une manche de 20 points (le changement de côté s'effectue lorsque la 1ère équipe atteint 10 points). Le 2ème match commence en reprenant le score du 1er match et se poursuit ainsi.
- Le 2ème match se joue jusqu'à ce qu'une équipe atteigne 40 points (le changement de côté s'effectue lorsque la 1ère équipe atteint 30 points). Le 3ème match commence en reprenant le score du 2ème match et se poursuit ainsi.
- *Et ainsi de suite...*
- Le 5ème match se joue jusqu'à ce qu'une équipe atteigne 100 points et gagne ainsi la partie (changement de côté lorsque la 1ère équipe atteint 90 points).

www.airbadminton.sport

AirBadminton
The New Outdoor Game



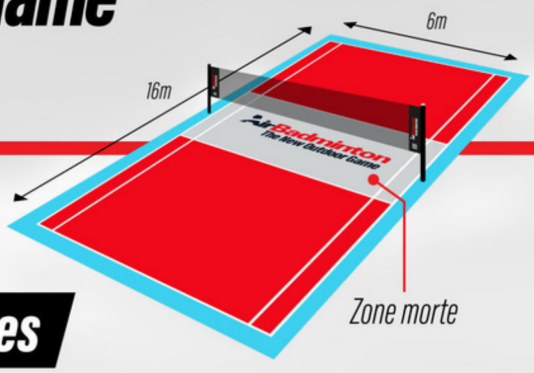
1 Introduction

AirBadminton est une version extérieure du badminton conçue pour créer des opportunités pour les personnes de tous âges de jouer au badminton.

Le Badminton est un sport populaire, amusant et inclusif avec plus de 300 millions de joueurs actifs dans le monde, encourageant la participation et l'enthousiasme avec de nombreux bénéfices sociaux et de santé.

AirBadminton facilitera l'accès pour tous à ces bénéfices en utilisant un nouveau prototype de volant – le AirShuttle.

Le AirShuttle a été conçu afin d'être joué avec les raquettes existantes, ce qui facilite d'autant plus l'accès au jeu.



2 Les bases

Le jeu a été conçu autour de la performance et de la durabilité du AirShuttle, suite à de nombreux tests et collections de données.

AirBadminton est joué avec des règles similaires à celles du badminton, la principale différence étant le dimensionnement du terrain, avec une zone "morte" de 2m dans la partie avant.

Si le AirShuttle vient à atterir dans cette zone, il est considéré comme faute.



3 Comment jouer

Il existe trois formats de jeu:

- → **Simples** 1 vs. 1
- → **Doubles** 2 vs. 2
- → **Triples** 3 vs. 3

Les dimensions du terrain ont été conçues de manière à obternir de plus longs échanges et à garder les aspects physiques de notre sport.

Les échanges débutent avec un service n'importe où derrière la ligne de 3m.

→ Le AirShuttle doit être frappé avec une trajectoire ascendante avec les deux pieds immobiles derrière la ligne de 3m.

→ Le serveur peut envoyer le Airshuttle n'importe où dans la zone adverse au-delà de la ligne de 2m.

→ Les simples et les doubles suivent les mêmes règles que celles du badminton tout en prenant en considération les dimensions du terrain et nouvelles règles de service.

→ En triples, la même règle de service s'applique mais aucun joueur ne peut jouer le AirShuttle deux fois consécutives.



4 Surfaces

Airbadminton peut être joué sur une surface plane et sécurisée, sur du béton, du gazon ou du sable.

Du fait de l'aérodynamisme du AirShuttle, quand cela est possible, les terrains doivent être installés perpendiculairement au vent dominant afin d'avoir la meilleure résistance au vent possible.

→ Sur du sable, la hauteur du filet est à 1.45m du sol au centre et à 1.5m du sol au niveau des lignes latérales de doubles et triples.

AirBadminton peut également être joué sur des terrains de badminton extérieur existants.

Qu'est-ce que AirBadminton

Scannez pour plus d'informations

4 Scoring

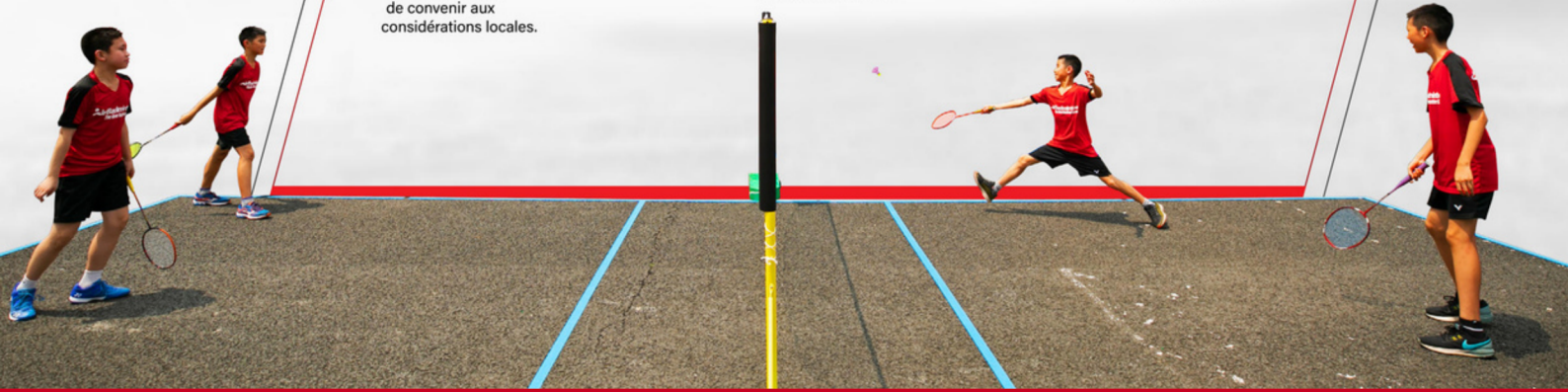
→ La BWF préconise un système de points au meilleur de 5 sets en 11 points. Cependant, d'autres systèmes peuvent être utilisés afin de convenir aux considérations locales.

→ Si le score est de 10 égalité, le côté qui comptera une avance de deux points gagnera le set.

→ Si le score est de 12 égalité, le côté remportant le 13ème point gagnera le set. Le côté gagnant servira en premier dans le set suivant.

→ Les joueurs doivent changer de côté à chaque set lorsque le premier côté atteint 6 points, ainsi qu'à chaque fin de set.

→ Les pauses ne doivent pas dépasser 120 secondes entre chaque set; et ne pas dépasser 60 secondes à chaque pause à 6 points.



LE DÉFI AIRBADMINTON

TÂCHE

- L'ensemble des élèves de la classe doit comptabiliser le plus d'échanges valides en 3 minutes.
- Un échange valide est un volant qui est soit renvoyé par le partenaire, soit qui atterrit dans les limites de jeu (sans la zone morte).
- La mise en jeu du professeur ne compte pas comme un échange valide.
- Le professeur a une réserve de volants à disposition (alimentée par les volants « ratés » et ramenés par les élèves durant le challenge). Lorsqu'un volant n'est plus en jeu, le professeur sert à nouveau.

OBJECTIF DU CHALLENGE

Réaliser le maximum d'échanges en 3 minutes.

TERRAIN & ENVIRONNEMENT

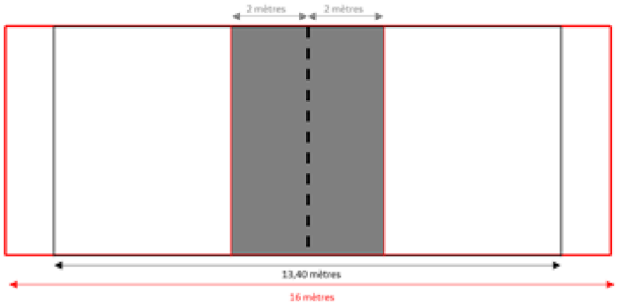
Le choix est laissé aux écoles d'effectuer le challenge à l'intérieur ou à l'extérieur.
Dès lors, la surface nécessaire pour la réalisation du challenge est comprise entre le terrain de badminton (13.4m x 6.10m) et le terrain de AirBadminton (16m x 6m).

AUTRE MATÉRIEL

- 4 plots qui feront offices de « portes ».
- 1 raquette/élève. *Si ce n'est pas possible, au moins 1 raquette pour les ¾ des élèves (ils se passent la raquette dans les files d'attente).*
- 1 réserve de AirShuttle (9).
- 1 cerceau (ou autre) pour identifier la réserve de volants.

SURFACE DE JEU

Un filet (traits discontinus) d'une hauteur de 1,52m (+/-) sépare en 2 une surface totale comprise entre 13,4m (lignes noires) et 16 mètres (lignes rouges) en longueur sur 6 mètres de largeur.
Chaque demi-terrain est composé d'une « zone morte » (grise) qui s'étend depuis le filet à 2 mètres *(sur un terrain de badminton, il s'agit de la zone comprise entre la ligne de service et le filet).*

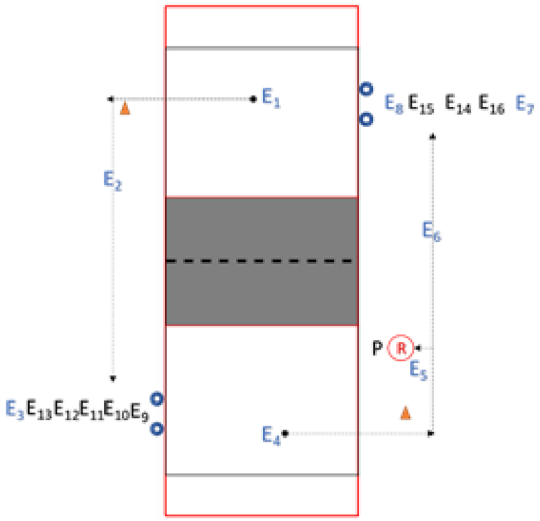




DESCRIPTION DU CHALLENGE

DISPOSITION

Sur un terrain délimité, la classe est séparée équitablement en 2 groupes disposés sur chacun des demi-terrains.
Le premier E. de chaque côté se place au centre du son terrain. Le reste des Es est en file derrière la porte (plots bleus).
Le professeur (P) se situe en dehors du terrain. Une réserve de volant (ici un cerceau R) est placée à proximité et sur le trajet des Es lors de la rotation.



DESCRIPTION

- P enclenche le compte à rebours de 3 min.
- P sert un volant à E1.
- E. (E1) envoie le volant de l'autre côté, à un partenaire (E4).
- E1 va dans la file de l'autre coté en passant derrière le cône (E2 et E3).
- E4 envoie le volant à son tour à un partenaire situé de l'autre côté du filet.
- E4 va dans la file de l'autre coté en passant derrière le cône (E6 et E7).
- Si l'E. a manqué un volant, il le ramasse, le garde en main et le déposera dans la réserve du Professeur lorsqu'il passera à côté dans la tournante (E5).
- P. sert un volant à chaque fois qu'il y a une interruption (plus de volant en jeu).

SÉCURITÉ

- Lorsqu'un E. manque un volant, il doit le ramasser afin que celui-ci ne soit pas un danger pour les autres Es en action. Il le déposera dans la réserve lors de son passage à proximité.
- La réserve doit être délimitée et facilement accessible (cerceau ou caisse).
- Dans le cas d'un filet / câble / élastique continu, s'assurer de faciliter au maximum le passage en dessous de celui-ci.
- Avant de lancer le compte à rebours, s'assurer que rien ne traîne aux alentours du terrain.
- Règle de rotation : il faut respecter les portes d'entrée : j'entre sur le terrain seulement lorsque l'E. précédent a frappé le volant.

LE CHALLENGE BONUS

L'ensemble des élèves de la classe doit effectuer le plus d'échanges valides d'affilés.
Le professeur met en jeu l'unique volant.

Ce « challenge bonus » peut être organisé tant en intra-école qu'en inter-écoles. Il permettra aux classes/écoles de se challenger durant une certaine période. Les résultats peuvent être collectés à fréquence hebdomadaire (top 3 ou 5 ou 10...).

Une condition d'accès supplémentaire au classement hebdomadaire peut être ajoutée: réaliser un tour complet de la classe (tout les Es ont touché au moins 1 fois le volant).

LES FICHES PÉDAGOGIQUES AIRBADMINTON

Afin de préparer au mieux les élèves à ce défi, nous proposons des situations d'exercices et de jeux d'apprentissage réparties en 3 paliers d'habiletés indispensables à la réussite du défi.
Un 4ème palier propose des situations de découverte et d'apprentissage de la situation de jeu en 3 VS 3, spécifique au AirBadminton.
Ces 4 paliers sont hiérarchisés par niveau de difficulté et constituent un pré-requis au palier suivant.

Chaque palier est constitué de plusieurs fiches également hiérarchisées par niveau. Chaque fiche propose une situation initiale et des variantes simplifiées ou complexifiées permettant d'adapter l'exercice en fonction de la réponse des élèves.

Ces fiches pédagogiques ont pour objectif d'aider l'enseignant à organiser une séquence d'apprentissage pour l'activité AirBadminton.
L'enseignant peut à tout moment adapter le contenu, voire proposer d'autres exercices dans le cadre de l'activité.

Le contenu sera détaillé lors des formations proposées par la LFBB.



Les fiches pédagogiques se basent sur le contenu de la formation "animateur badminton" qui propose une approche ludique du badminton tout en mettant les enfants dans des situations d apprentissage motivantes et garantissant la réussite de tous les enfants.

Intéressé? N'hésitez pas à prendre contact avec la LFBB.

LES FICHES PÉDAGOGIQUES AIRBADMINTON

A. LANCER / ATTRAPER

Un maximum de frappes a lieu au-dessus de la tête. Nous identifions l'habileté motrice fondamentale du « lancer à bras cassé » comme étant à la base de la technique spécifique badminton. De plus, attraper un projectile dépend du traitement de l'information (adapter sa position) issue de la trajectoire, élément indispensable pour se déplacer et se trouver dans la bonne position pour renvoyer le volant à son adversaire.
Afin de mettre les élèves dans des situations de réussite et de les préparer au mieux à l'échange avec raquettes, cette catégorie d'exercices peut très bien se retrouver dans la partie échauffement de vos séances.

B. FRAPPER

Cette catégorie met les élèves dans des situations simplifiées et accessibles avec volant et raquette : seul et ensuite à 2; sans obstacle ni contrainte (filet et dimensions du terrain) favorisant la réussite pour un maximum d'élèves.
Les situations de jonglages à plusieurs permettront d'adapter les situations de jeu avec une partie de la classe lorsque les plus habiles seront en situation d'échanges sur le terrain.

C. ECHANGER

Le défi consiste à effectuer un maximum d'échanges avec l'ensemble de la classe. Dans cette catégorie, nous partons de la situation d'échanges la plus simple (1vs1) ce qui permettra à l'enseignant de mettre en avant l'importance de la coopération. La dernière situation proposée est une situation « duelle » mettant en avant le contraste entre un objectif de réalisation commune (de l'ensemble du groupe) et un objectif de performance individuelle (gagner l'échange).

D. APPRENTISSAGE TACTIQUE: LE TRIPLE

Tout comme au badminton, il est possible de jouer en 1 contre 1, en 2 contre 2 mais également en 3 contre 3 avec une règle inédite dans la pratique du badminton : « Un même joueur ne peut pas toucher deux fois d'affilée le volant ». L'aspect ludique de cette règle offre de belles perspectives de pratique du AirBadminton dans le scolaire. Les fiches qui composent ce dernier palier proposent des situations d'apprentissage et de jeu qui accompagneront les élèves dans des choix tactiques adaptés à cette discipline inédite.



LANCER / ATTRAPER	FRAPPER	ÉCHANGER	APPRENTISSAGE TACTIQUE : LE TRIPLE
1. Passer / suivre 2. Jeu des 10 passes 3. Les pistons	1. Jonglages coup droit 2. Jonglages revers 3. Jonglages à plusieurs 4. Lancer / frapper / attraper	1. Le plus d'échanges! 2. Echanges en équipe 3. Gagner l'échange	1. Lancer 3 VS 3 2. Ping-pong 3 VS 3 3. 3 VS 3 adapté

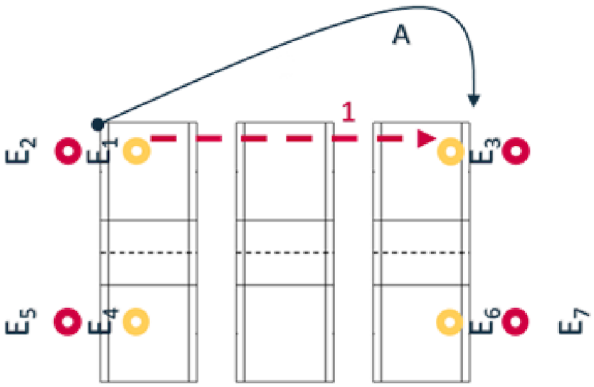
1. PASSER / SUIVRE

BUT

Activation cardio-vasculaire, réveil des différents groupes musculaires.
Préparer les Es aux déplacements spécifiques au badminton (course arrière et pas chassés).
Répéter l'habileté motrice fondamentale à la base de la frappe : **lancer bras cassé**.
Lecture de trajectoire.

ESPACE & MATÉRIEL

Au moins 15 mètres .
4 plots / 3 Es
1 balle / 3 Es



ORGANISATION/DESCRIPTION

Groupe de minimum 3 Es ; 4 plots ; 1 balle.
2 Es derrière un plot avec une balle et un E. en face.
E1 lance la balle (A) et se déplace (1) vers E3 à la réception.
1 : course avant ; pas chassés ; cloches pieds ; course arrière ; course arrière en regardant le plafond.

CONSIGNES

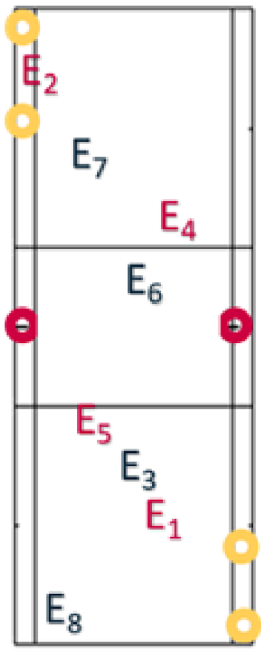
La trajectoire de la balle est le résultat d'une bonne technique de lancer.
Varier les réceptions (2 Ms., bonne M., mauvaise M., avec le plot).
La course arrière en regardant le plafond (les épaules vers l'arrière) permet de préparer les Es à accepter ce déséquilibre, indispensable pour être dans une bonne position lors des échanges lorsque le volant dépasse l'E.

VARIANTES

- n0 : du matériel peut être placé entre les 2 postes de lancer (échelle de rythme, banc, cônes, tapis, etc.).
- n+1 : lancer assis
- n+2 : réception de la balle au plot jaune, pas courus arrières (ou pas chassé) jusqu'au plot rouge et lancer la balle avec rotation du corps (préparer les Es au déplacement arrière + frappe pour les échanges).

- jeu 1 : la 1ère équipe qui fait 10 passes.
- jeu 2 : revanche de la 1ère manche, 1ère équipe à 10 passes mais le score de départ est = 10 – le résultat précédent.
- jeu 3 : le plus de passes en 60".

2. JEU DES 10 PASSES



BUT

Activation cardio-vasculaire, réveil des différents groupes musculaires.
Agir collectivement dans une réalisation commune.
Intégrer l'espace de jeu du terrain de AirBadminton (ou badminton).

ESPACE & MATÉRIEL

Terrain de AirBadminton (ou badminton).
1 AirShuttle / Terrain.

ORGANISATION/DESCRIPTION

2 équipes de 4 à 6 Es répartis sur un terrain de AirBadminton (ou badminton) sans filet ni piquets.
La 1ère équipe qui réalise 10 passes remporte 1 point.
Lorsque le volant tombe au sol, l'équipe adverse le récupère.
Aucun contact entre les Es.
Pour récupérer le volant en jeu, l'adversaire doit soit l'attraper en vol, soit le faire tomber au sol.

CONSIGNES

Insister sur les règles et consignes de sécurité.
Le n+2 prépare les Es à la situation spécifique du 3vs3 en AirBadminton : 1 même joueur ne peut pas frapper 2 fois d'affilée le volant. Tactiquement, il doit « s'effacer » de la zone de jeu le temps de la frappe suivante.
Pour le n+2 et n+3, varier la position des plots et des portes.

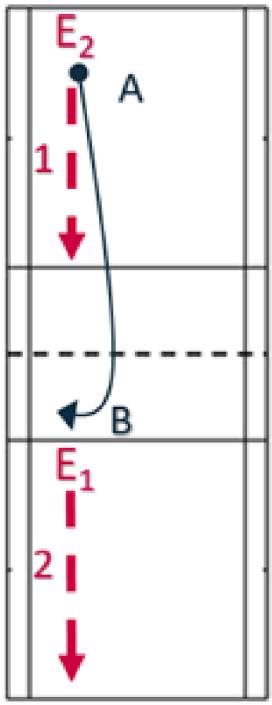
VARIANTES

- n+1 : c'est l'équipe adverse par rapport à la dernière équipe qui a touché le volant qui récupère la mise en jeu.
- n+2 : l'E. qui a effectué une passe doit toucher 1 des 2 plots rouges
- n+3 : la 10e passe doit être réceptionnée dans une porte définie par l'espace entre les plots jaunes.

3. LES PISTONS

BUT

Lancer et attraper avec précision.
Coopération.
Préparer les Es aux déplacements spécifiques au badminton : course arrière + frapper (lancer).



ESPACE & MATÉRIEL

Terrain de AirBadminton (ou badminton).
1 balle en mousse / 2 Es.

ORGANISATION/DESCRIPTION

Par 2 sur un demi-terrain de AirBadminton (ou badminton) ; un projectile (balle de préférence).
E2 lance (A) la balle à E1 qui réceptionne à la hauteur de la zone morte. E2 court (1) à la zone de réception pendant que E1 se déplace en course arrière (2) (+préparation de frappe) pour se trouver sur la zone de lancer, soit le pied arrière sur la ligne de fond.

CONSIGNES

Mettre en avant que la précision de la passe ainsi que la qualité de réception permettent de ne pas perdre de temps pour récupérer la balle.
La fluidité du déplacement arrière et du lancer permet également de gagner du temps et est une qualité indispensable pour les échanges en badminton.

VARIANTES

- Jeu 1 : l'équipe qui fait le plus de passe en 60".
- Jeu 2 : la 1ère équipe qui effectue 10 passes.
- Jeu 3 : La 1ère équipe qui effectue 10 passes mais le score de départ est de 10 – le score de la manche précédente (favoriser l'adversité et faire participer l'ensemble des Es peu importe le niveau).
- Jeu opposition : définir une aire de jeu, on gagne un point lorsque la balle fait 2 rebonds. Voir la fiche "Apprentissage tactique : le triple : Lancer 3vs3"

1. JONGLAGES COUP DROIT

BUT

Familiariser les Es avec la spécificité du matériel.
Mettre les Es en situation badminton et de réussite.

ESPACE & MATÉRIEL

1 volant et 1 raquette / E.
Le maximum d'espace possible.

ORGANISATION/DESCRIPTION

Les Es sont répartis sur plusieurs terrains de AirBadminton (ou badminton).
Chaque E. a un volant et une raquette et doit atteindre un score dans les jonglages.
Les jonglages se font en « Basic grip » (soit le coup droit) avec la paume de main vers le ciel.

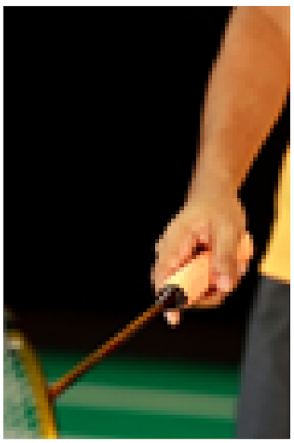
CONSIGNES

Commencer l'activité en présentant la prise de raquette.
Proposer différents niveaux à atteindre pour un même exercice.
Exemple : 10 – 20 – 30 jonglages.
Individualiser le contenu en fonction des capacités de l'E.
Les variantes n+5 et n+6 sont indispensables pour effectuer des échanges.

VARIANTES

- n-1 : jonglage avec un ballon baudruche.
- n0 : effectuer le plus de jonglages en coup droit.
- n+1 : Un jonglage haut – 2 contrôles.
- n+2 : jonglage avec une partie du corps tous les 3 jongles.
- n+3 : tous les 3 jongles, l'E. doit toucher le volant en « freestyle » soit dans le dos, entre les jambes, avec le grip, ...
- n+4 : l'E. commence debout et tout en jonglant il doit se coucher sur le dos pour ensuite se relever.
- n+5 : au 3ème jonglage, l'E. arme sa frappe et frappe le volant loin devant soi.
- n+6 : idem n+5 mais l'E. doit s'orienter face au filet pour envoyer le volant de l'autre côté.
- n+7 : « cueillir » le volant en coup droit.

BASIC GRIP
OU
V GRIP



Concerne toutes les frappes qui s'effectuent dans le même plan que l'épaule du joueur :

- Clear / drop / smash
- Drive coup droit et revers
- Le block côté coup droit
- Service coup droit

DESCRIPTION TECHNIQUE

- Un V se dessine entre le pouce et l'index.
- La dernière phalange de l'index est fléchie et enroule le grip (comme un crochet).
- La partie du pouce en contact avec le grip est sa partie médiale.
- Le petit méplat du grip passe dans le V dessiné par les doigts, de sorte que la tête de raquette soit perpendiculaire au sol.
- La main se situe vers la fin du manche de la raquette.

ERREURS FRÉQUENTES

- L'index est tendu sur le grip.
- La partie digitale du pouce (télécommande) est en contact avec le grip.
- La main est trop haute sur le grip.
- Prise « poêle » ou panhandle grip. Ce qui impose une flexion et extension de l'avant-bras pour la frappe du clear.

CONSEILS POUR LE DÉBUTANT

- Isoler le « crochet » de l'index par une flexion de la dernière phalange.
- Prise de raquette « Dire bonjour à la raquette ».
- Relâcher au maximum le grip entre les frappes.
- Si le joueur n'arrive pas à prendre la raquette à la fin du manche, modifier le grip afin que celui-ci ne couvre que les 2/3 inférieurs du grip, la partie supérieure du manche sera à découvert.

2. JONGLAGES REVERS

BUT

Familiariser les Es avec la spécificité du matériel.
Mettre les Es en situation badminton et de réussite.

ESPACE & MATÉRIEL

1 volant et 1 raquette / E.
Le maximum d'espace possible.

ORGANISATION/DESCRIPTION

Les Es sont répartis sur plusieurs terrains de AirBadminton (ou badminton).
Chaque E. a un volant et une raquette et doit atteindre un score dans les jonglages.
Les jonglages se font en « grip au pouce » (soit en revers) avec le dos de la main vers le ciel.

CONSIGNES

Commencer l'activité en présentant la prise de raquette.
Proposer différents niveaux à atteindre pour un même exercice.
Exemple : 10 – 20 – 30 jonglages.
Individualiser le contenu en fonction des capacités de l'E.
Les variantes n+3, n+4 et n+5 sont indispensables effectuer des échanges.
Il est possible d'utiliser les variantes en alternant le coup droit et le revers.

VARIANTES

- n-1 : jonglage avec un ballon baudruche.
- n0 : effectuer le plus de jonglages revers.
- n+1 : Un jonglage haut – 2 contrôles.
- n+2 : jonglage avec une partie du corps tous les 3 jongles.
- n+3 : tous les 3 jongles, l'E. doit toucher le volant avec le coude (côté de la raquette) pointé vers le ciel.
- n+4 : idem n+3 mais l'E. doit frapper le volant avant que celui-ci ne touche son coude. Le volant est alors frappé dans la direction opposée au regard de l'E. (dans son dos).
- n+5 : idem n+4 mais l'E. doit s'orienter pour se trouver dos au filet et frapper le volant au-dessus de celui-ci.
- n+6 : « cueillir » le volant en revers.

THUMP GRIP
OU
GRIP AU POUCE



Concerne toutes les frappes qui s'effectuent devant soi côté revers :

- Service en revers
- Le kill côté revers
- Le lift côté revers (à un niveau découverte. Ensuite le joueur passera en corner grip)
- Le drive côté revers (impacte devant soi)
- Le block côté revers

DESCRIPTION TECHNIQUE

- Similaire à la prise « télécommande du téléviseur ».
- La face antérieure du pouce, le digital, est en contact complet avec le grand méplat du grip.
- La main se situe sur la moitié inférieure du manche.
- La main bien relâchée, l'impulsion de la frappe s'effectue en appuyant sur le pouce tout en tirant le petit doigt vers soi (accompagné d'un serrer de l'ensemble de la main).

ERREURS FRÉQUENTES

- Le digital du pouce n'est pas en contact avec le grand méplat du manche. On se rapproche de la prise « marteau ».
- Le joueur n'utilise pas le pouce lors de la frappe.

CONSEILS POUR LE DÉBUTANT

- Vérifier le grip : le pouce à plat avec la raquette parallèle au sol.
- La main bien relâchée, la paume de main n'est pas entièrement en contact avec le grip.

3. JONGLAGES À PLUSIEURS

BUT

Familiariser les Es avec la spécificité du matériel.
Mettre les Es en situation badminton et de réussite.
Coopération.

ESPACE & MATÉRIEL

Minimum 1 raquette / E. et 1 volant / 2 Es.
1 volant / E.
Bonus : ballons de baudruche.
Le maximum d'espace possible.

ORGANISATION/DESCRIPTION

Les Es sont répartis en groupe de 2 sur plusieurs terrains de AirBadminton (ou badminton).
Il ne doit pas y avoir d'obstacle entre les 2 Es.
Selon les variantes, 1 à 2 volants par paire d'Es.

CONSIGNES

Commencer l'activité en précisant l'importance d'une bonne coordination entre les Es, mais également la précision des frappes.
Individualiser le contenu en fonction des capacités du groupe d'Es.
Les variantes n+5 et n+6 sont indispensables pour effectuer des échanges.

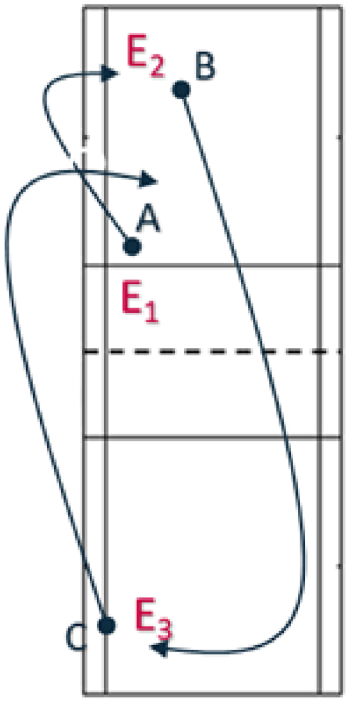
VARIANTES

- n-1 : jonglage avec un ballon baudruche.
- n0 : E1 jongle 3x (ensuite 2x, 1x) verticalement avant de passer le volant à E2 par une frappe en main basse (idem en main haute).
- jeu 1 : effectuer le plus d'échanges possible en 60", chaque E. a droit à X contrôles verticaux.
- jeu 2 : effectuer le plus d'échanges sans que le volant ne tombe. Chaque E. a droit à 2 contrôles verticaux.
- n+1 : E1 jongle 3x (suite 2x, 1x) verticalement avant de passer le volant à E2 par une frappe en main basse (idem en main haute). Au moins un contrôle doit se faire avec une partie du corps, ou en « freestyle » soit entre les jambes, dans le dos, etc...
- n+2 : chaque E. jongle avec un volant. L'E. désigné annonce quand ils s'échangent les volants avec une frappe main basse.
- n+3 : idem n+2 avec un échange de volant avec une frappe main haute.
- n+4 : idem n+2 et n+3 mais chaque E. jongle avec un ballon de baudruche avec sa seconde main.
- n+5 : idem n+2 et n+3, les Es s'échangent un ballon à l'aide des pieds tout en jonglant.

4. LANCER / ATTRAPER / FRAPPER

BUT

Répéter l'habileté motrice fondamentale à la base de la frappe : lancer bras cassé.
Transfert de l'HMF à l'habileté spécifique badminton : frapper main haute.
Lecture de trajectoire et adaptation de la position afin de frapper main haute.
Accompagner les Es dans l'apprentissage en proposant des tâches évolutives.



ESPACE & MATÉRIEL

1 demi-terrain de AirBadminton (ou badminton).
2 raquettes / 3 Es.
1 volant / 3 Es.

ORGANISATION/DESCRIPTION

3 Es par demi-terrain d'AirBadminton (ou badminton) ; 1 volant.
E1 est à dans la zone morte et tourne le dos au filet en faisant face à E2.
E1 (A) lance le volant en bras cassé à E2 qui se trouve face à lui et au filet dans la position « armée » prêt à frapper le volant en main haute. E2 adapte sa position en fonction du lancer et (B) effectue un clear.
E3 se trouve de l'autre côté du filet en position d'attente.
Lorsqu'E2 frappe le clear, E3 adapte sa position sur le terrain en fonction de l'information recueille dans la lecture de la trajectoire du clear et (C) effectue un clear à son tour.
Après 6 lancers, les Es changent de rôle.

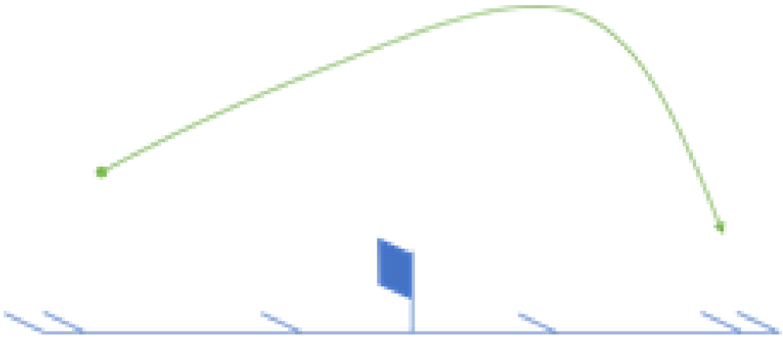
CONSIGNES

Dès que l'information est disponible, l'E. doit adapter sa position pour frapper le volant au-dessus de soi, bras tendu.
Mettre en avant l'évolution de la complexité des tâches : bien lancer permettra de bien frapper.
Pour la variante, insister au niveau de la sécurité : E2 quitte le terrain après avoir frappé le volant.

VARIANTES

Après avoir lancé le volant (A), E1 se retourne et se met en position d'attente afin d'attraper le volant renvoyé par E3 (C).
Cette tâche supplémentaire permet de mettre l'E. dans une situation de lecture de trajectoire

LE CLEAR (DÉGAGÉ)



Le dégagé ou le clear se joue depuis le fond de terrain et envoie le volant dans le fond de terrain adverse en passant au-dessus de l'adversaire.

HABILETÉ MOTRICE FONDAMENTALE

Le lancer (le plus loin) à bras cassé.

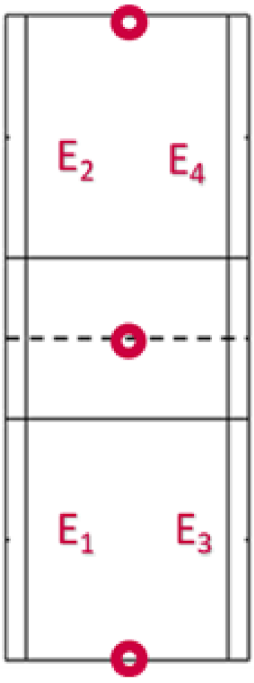
PRÉ-REQUIS

(M-B) Technique de lancer bras cassé
(M-B) Lecture de trajectoire

1. LE PLUS D'ÉCHANGES!

BUT

Préparer les Es. au défi.
Coopération socio-motrice.



ESPACE & MATÉRIEL

1 demi-terrain de AirBadminton (ou badminton).
1 raquette / E.
1 volant / 2 Es.
3 plots.

ORGANISATION/DESCRIPTION

2 Es par demi-terrain de AirBadminton (ou badminton).
E1 et E2 échangent le volant avec des frappes main haute et des frappes main basse.
La mise en jeu se fait par un service soit en coup droit, soit en revers.
Les Es comptabilisent le nombre d'échanges effectués depuis la mise en jeu jusqu'à ce que le volant ne soit plus en jeu.

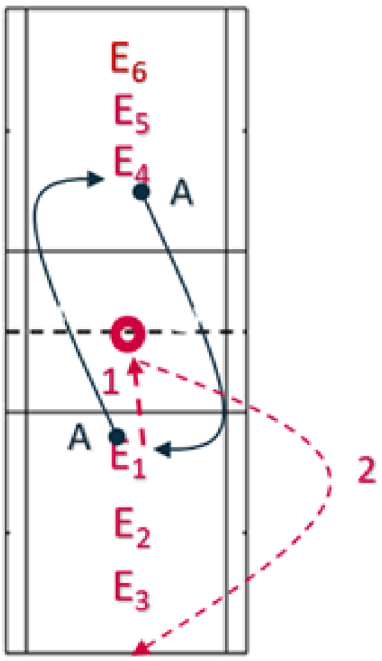
CONSIGNES

La mise en jeu par un service revers est plus accessible qu'en coup droit.
Mettre en avant l'importance de la coopération.

VARIANTES

- n-2 : effectuer l'exercice sans l'obstacle, sans filet.
- n-1 : faire le maximum d'échanges en 60". Lorsque les échanges s'arrêtent, les Es remettent le volant en jeu et continuent de comptabiliser leurs échanges
- n+1 : seules les frappes en main haute compte (clear).
- n+1 : échange en diagonale : E1 avec E4.

2. ECHANGES EN ÉQUIPE



BUT

Préparer les Es. au défi.
Coopération socio-motrice.

ESPACE & MATÉRIEL

1 terrain de AirBadminton (ou badminton) / 6 Es.
1 volant / 6 Es.
1 plot / 6 Es.

ORGANISATION/DESCRIPTION

3 Es de chaque côté d'un terrain de AirBadminton (ou badminton) ; 1 volant et un plot placé au centre du terrain, sous le filet.

L'objectif est de faire le plus d'échanges possible, que ce soit avec des frappes en main haute ou en main basse.
La mise en jeu peut se faire soit avec un service en coup droit, soit avec un service en revers.
Après une mise en jeu et pendant l'échange, E1 renvoie le volant de l'autre côté du filet (A) pour ensuite aller toucher le plot sous le filet à l'aide sa raquette (1) ; il se replace ensuite au bout de sa file (2). Pendant ce temps-là, E4 renvoie également le volant à son tour (A).
L'échange s'arrête lorsque le volant n'est plus en jeu.

CONSIGNES

La mise en jeu par un service revers est plus accessible qu'en coup droit.
Mettre en avant l'importance de la coopération.
Le fait que l'E. doit toucher le plot après sa frappe le conditionne à l'approche tactique du triple en AirBadminton

VARIANTES

- n-2 : effectuer l'exercice sans l'obstacle, sans filet.
- n-1 : au total 4 Es : 2 paires. Dans ce cas, l'E. ne doit pas aller toucher le plot après sa frappe.
- n-1 : faire le maximum d'échanges en 60". Lorsque les échanges s'arrêtent, les Es remettent le volant en jeu et continuent de comptabiliser leurs échanges.

3. GAGNER L'ÉCHANGE

BUT

Mettre les Es en situation d'opposition.
Approche tactique : utilisation de l'espace.
Approche tactique : couvrir la zone de jeu.

ESPACE & MATÉRIEL

1 demi-terrain de AirBadminton (ou badminton) / 2 Es.
1 raquette / E.
1 volant / 2Es.
3 plots / terrains.

ORGANISATION/DESCRIPTION

1vs1 sur un demi-terrain de AirBadminton (ou badminton).
Les règles officielles sont d'application sur une surface réduite (définie à l'aide de repères comme des plots), les smashes ne sont pas autorisés.

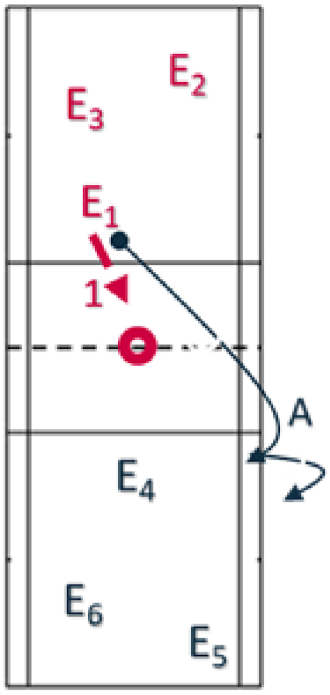
CONSIGNES

Mettre en avant l'objectif (gagner X échanges avant son adversaire).
L'expérience permettra aux Es d'apprécier un peu mieux l'intension de coopération qui est à l'opposé et qui constitue le défi AirBadminton.

VARIANTES

- n-1 : limiter les contraintes en diminuant la hauteur du filet et / ou en ajoutant la zone morte dans la zone de jeu (dans le cas d'un manque de puissance des Es).
- n-1 : dans le cas où la mise en jeu pose problème, chaque E. sert 2x d'affilée peu importe le résultat de l'échange précédent.
- n+1 : 2vs2.
- n+1 : smash autorisé.
- n+2 : 2vs2 « ping-pong », un même E. ne peut pas toucher le volant 2x d'affilée (ce qui prépare les Es à la situation du triple en AirBadminton).

1. LANCER 3 VS 3



BUT

Introduire la situation de jeu spécifique au 3vs3 au AirBadminton.
Préparer les Es. aux règles spécifiques de jeu : action (lancer) et quitter la zone de jeu.

ESPACE & MATÉRIEL

Une balle en mousse ou autre balle (attention à la qualité du rebond).
Zone de jeu délimitée par le terrain de AirBadminton (ou badminton).

ORGANISATION/DESCRIPTION

2 équipes de 3 Es réparties de chaque côté du filet sur un terrain de AirBadminton (ou badminton).
La 1ère équipe qui remporte X points remporte la partie.

Un échange est gagné lorsqu'une équipe envoie la balle dans le camp adversaire et que celle-ci touche 2 fois le sol (premier rebond dans les limites de jeu).

Lorsqu'un E. récupère la balle (à la volée ou après le premier rebond), il doit la renvoyer dans le camp adversaire depuis la même position.

L'E. qui a lancé la balle doit aller toucher un cône situé sous le filet au centre.

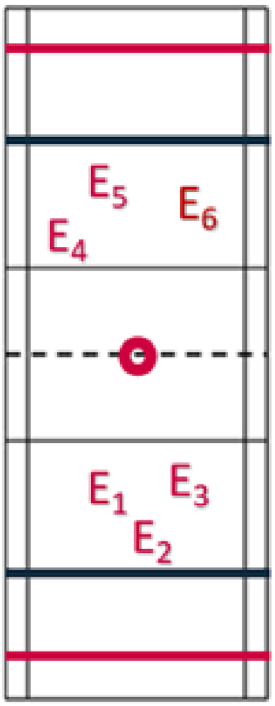
CONSIGNES

Présenter les règles du triple au AirBadminton.
Faire le lien avec le fait de devoir toucher le plot après avoir lancer la balle.

VARIANTES

- n-2 : l'E. qui réceptionne la balle peut lancer la balle avec un élan de 2 pas.
- n-1 : l'E. qui réceptionne la balle ne doit pas aller toucher le cône et peut réceptionner la balle suivante.
- n0 : même situation (et ce pour toutes les variantes) avec obligation de faire 1 passe à un partenaire.
- n+1 : l'E. qui lance la balle doit toucher 2 cônes situés sous le filet à une distance d'1m de chaque piquet dans le terrain.
- n+2 : idem n+1 avec la possibilité pour l'E. qui a touché les 2 cônes de réceptionner la balle suivante. Dans ce cas, l'échange est gagné à la réception (accélération du jeu et des prises de décision).

2. PING-PONG 3 VS 3



BUT

Mettre les Es en situation d'opposition.
Coopération socio-motrice.
Approche tactique : utilisation de l'espace.

ESPACE & MATÉRIEL

1 terrain de AirBadminton (ou badminton) / 2 Es.
1 raquette / E.
1 volant / 6Es.
1 plot / terrain.
De quoi délimiter une zone de jeu.

ORGANISATION/DESCRIPTION

3 Es de chaque côté d'un terrain de AirBadminton (ou badminton) ; 1 volant et un plot placé au centre du terrain, sous le filet.
Dans chaque équipe, il y a un ordre dans lequel les Es frappent le volant (E1 – E2 et ensuite E3). Dans un premier temps, le terrain est réduit (ligne bleue et ensuite rouge) afin de favoriser le nombre d'échanges.
Les smashes ne sont pas autorisés.
Les règles de jeu sont d'application.

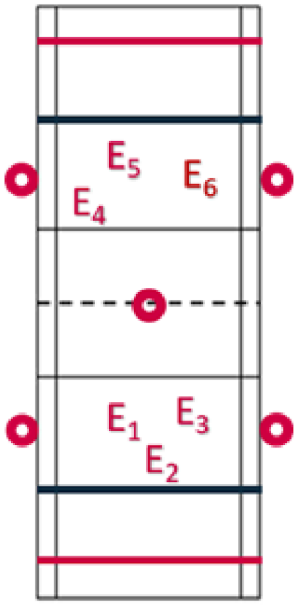
CONSIGNES

Mettre en avant le fait que le joueur qui vient de frapper le volant doit directement prendre une position qui ne gênera pas ses partenaires.

VARIANTES

- n-1 : diminuer la contrainte en baissant la hauteur du filet.
- n+1 : après chaque frappe, le joueur doit toucher le plot posé au centre sous le filet (ce qui prépare les Es à la situation du triple).
- n+2 lorsqu'une équipe perd l'échange, elle perd une raquette. Ce qui impose à chaque E. de donner sa raquette au suivant. L'équipe qui n'a plus de raquette perd un point.

3. 3 VS 3 ADAPTÉ



BUT

Accompagner les Es vers la pratique du triple.

ESPACE & MATÉRIEL

1 terrain de AirBadminton (ou badminton) / 6 Es.
1 raquette / E.
1 volant / 6Es.
5 plots / terrain.
De quoi délimiter une zone de jeu.

ORGANISATION/DESCRIPTION

3 Es de chaque côté d'un terrain de AirBadminton (ou badminton) ; 1 volant ; un plot placé au centre du terrain sous le filet, 2 plots placés latéralement de chaque côté du terrain. La surface de jeu peut être limitée (ligne rouge et bleue).
Les règles de jeu sont d'application sauf dans le cas où il y a une modification apportée au jeu.
JEU 1 - L'E. qui frappe le volant doit toucher un des plots avec sa raquette avant de revenir dans le jeu. Pas de smash.
Aspect tactique : l'E. est obligé de quitter la surface de jeu, ce qui favorise une action lui permettant d'éviter de toucher 2 fois d'affilée le volant
JEU 2 - Règle du JEU 1 + lorsqu'une équipe met le volant au sol sans que l'adversaire ait pu le toucher, l'équipe remporte 5 points. Pas de smash.
Aspect tactique : même sur une surface de jeu diminuée, il y a de l'espace pour mettre le volant au sol. De plus, le joueur qui doit toucher un plot après la frappe crée de l'espace dans lequel les adversaires peuvent jouer.
JEU 3 - Il n'y a plus de plots à toucher. Si une équipe arrive à faire jouer 2 fois d'affilée le même E. ou bien s'il touche l'E. qui vient de frapper, elle remporte 5 points.
Aspect tactique : le joueur qui vient de frapper le volant doit faire en sorte de ne pas gêner ses partenaires mais également de ne pas être « un point faible » à viser pour les adversaires et inversement.
Un moyen tactique de remporter l'échange est d'obliger un même E. à toucher 2 fois d'affilée le volant.

CONSIGNES

Chaque variante met les Es soit dans des situations de facilité par rapport à la situation référente, soit met en évidence un élément tactique important (points bonus).
Les feedbacks et les questions / réponses accompagneront les Es dans leur apprentissage.

VARIANTES

Pour chaque jeu, les variantes suivantes peuvent être appliquées :

- n-1 : diminuer la contrainte en diminuant la hauteur du filet et / ou la surface de jeu.
- n-1 : dans le cas où la mise en jeu pose problème, chaque équipe sert 3x (chaque E.) et ce peu importe le résultat de l'échange précédent.
- n+1 : augmenter la surface de jeu.
- n+2 : le smash est autorisé (dans le cas où les échanges sont de plus en plus longs).

LA GRANDE FAMILLE DU BADMINTON

Du "Mini-bad" pour les petits

Le Mini-bad est l'adaptation de l'activité badminton qui permet son introduction auprès des plus jeunes (< 9ans).
L'adaptation se fait au niveau des règles, du contenu, du matériel, de l'intervention et du discours afin que l'enfant puisse s'épanouir et s'amuser tout en développant ses habiletés, ses capacités et ses connaissances de l'activité. Tout cela n'est possible qu'en plaçant l'enfant dans un climat de réussite et de jeu.

Le projet "JEu Mini-bad à l'école", mené en collaboration avec le sport scolaire (AFFSS), vise à implanter le badminton dans les écoles.

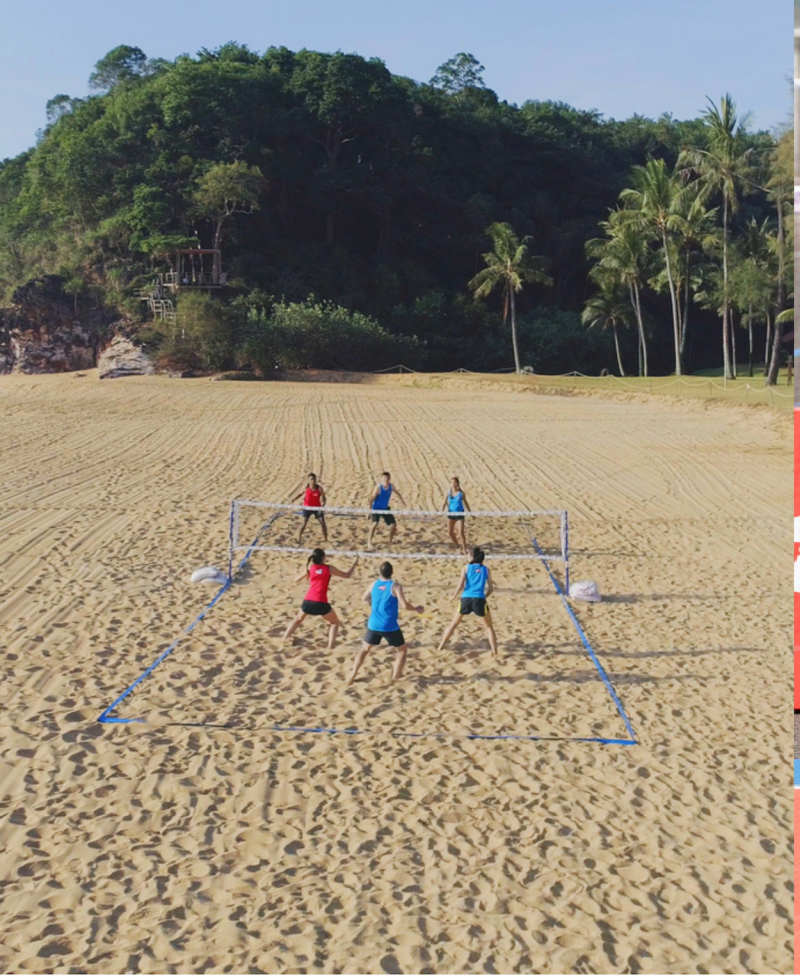
Le AirBadminton pour l'été

Le AirBadminton est une adaptation de la pratique du badminton en plein air permettant de promouvoir le badminton auprès d'un large public, lui offrant de meilleures sensations et davantage de plaisir de jeu en extérieur.
Disposer d'une infrastructure indoor est parfois un luxe, notamment dans le scolaire; le AirBadminton permettra la découverte du badminton sur tous les terrains, dans les cours de récréation, sur toute surface sécure.
La dimension stratégique du triple est également un atout et un challenge supplémentaire à viser.
Le AirBadminton c'est aussi l'occasion de profiter des beaux jours pour jouer en extérieur, entre amis, dans une ambiance fun et ludique.

L'inclusion de tous au travers du HandiBadminton

L'intégration et l'inclusion des personnes porteuses d'un handicap n'est pas oubliée dans la *politique de développement du badminton en Fédération Wallonie-Bruxelles à l'horizon 2025-2030*, développée par la Ligue Francophone belge de Badminton (LFBB).

En collaboration avec la Fédération Multisports Adaptés (FéMA), la LFBB développe le HandiBadminton en proposant la découverte et l'initiation d'un public porteur de déficience et atteint de maladie chronique.
L'intégration et l'inclusion de ce public est également un objectif stratégique pour la LFBB.





PLUS D'INFOS

http://

www.lfbb.be

CONTACTS

KEVIN VERVAEKE

Directeur technique Développement
Responsable pédagogique

vervaeke@lfbb.be
0479/29.24.84

MARINE SEIJKENS

Directrice Coordination & développement
Responsable du projet AirBadminton

seijkens@lfbb.be
0494/98.11.35