

ORGANISATION / EPREUVE

Chaque joueur joue deux matchs minimum le jour de l'épreuve : un contre un adversaire mieux classé, l'autre contre un adversaire moins bien classé

Les matchs se déroulent en 21 points avec changement de côté à 11. 1'30 de coaching est autorisée au changement de côté.



BADISTE

Gagner des matchs =

- faire des choix tactiques adaptés au profil de mon adversaire et de mes points forts et points faibles.
- Maîtriser des coups techniques variés (amorti, dégagement, drive, smash...)
- Varier la direction, la longueur, la vitesse du volant,
- Etre rapide et équilibré dans ses déplacements

Se préparer / s'échauffer / s'entraîner =

- S'échauffer progressivement et réviser ses coups techniques
- S'entraîner en s'engageant de façon soutenue dans les phases de répétitions (gammes)
- Décider pour soi, des axes de travail prioritaire : projet d'entraînement personnel

BADMINTON



1/ ORGANISATEUR

- Gérer des matchs,
- Organiser un tournoi de classement de manière efficace et autonome,
- Proposer et organiser différentes formes de jeu (challenges, défis...)
- Prendre des initiatives



2/ ARBITRE

- Connaître les règles
- Annoncer les points
- Tenir une feuille de score
- Diriger le match avec une posture



3/ PARTENAIRE D'ENTRAINEMENT, COACH :

- Analyser les points forts et les points faibles de mon partenaire et de son adversaire,
- Donner des conseils tactiques ciblés avec un vocabulaire précis
- Etre disponible, fournir des volants précis et réguliers pour aider son partenaire à progresser



J'AI DEUX CHOIX PERSONNELS A FAIRE :



1/ Je choisis 1 rôle parmi : arbitre / coach, partenaire d'entraînement.

Je me forme pendant le cycle et je suis évalué dessus.

Je fais le choix au plus tard à la séance 3

2/ Je choisis la répartition des 8 points attribués aux compétences
.....

	Se préparer / S'entraîner	2 rôles
Cas n° 1	/ 6 pts	/ 2 pts
Cas n° 2	/ 4 pts	/ 4 pts
Cas n° 3	/ 2 pts	/ 6 pts

Ma note /20 = efficacité en match /12 + s'échauffer, s'entraîner et les 2 rôles /8

Une fois que j'ai fait mes choix, je ne peux pas revenir en arrière

