



Mets tes baskets!

et bats la maladie

Atelier 4 : Sport de raquettes

Badminton

Le badminton peut se jouer à l'intérieur et à l'extérieur (cour, terrain de sport, pelouse...) mais de préférence dans un local situé à l'intérieur (à cause du vent).

Il nécessite un matériel adapté à l'activité : raquettes/volants + filets avec poteaux.

- Privilégiez le travail par groupe. L'élève doit parvenir à faire quelques échanges (cycle 2) et marquer des points dans un match à deux (à partir du cycle 3).

Le badminton permet d'inscrire les élèves :

- dans une relation duelle d'opposition (savoir gagner le point),
- dans une relation duelle de coopération (savoir faire des échanges avec un partenaire),
- dans une relation collective duelle ou coopérative.



Tennis de table

Exemple : le garçon de café, le jonglage, le jeu du mur, l'échange le plus long.

- **Exercices en dehors de la table** : jonglage, cible au mur/sol, faire des passes en dehors de la table...
- **Exercices à la table avec spécification**, de vitesse, de direction (gauche - droite de la table), de trajectoire, réduire le champ de la table pour travail de précision, passer du jeu statique à un jeu plus en mouvement.
- **Exercices de travail en duel** : comptage de points, avec handicap de points, tournoi en poule ou système de défi (individuel, équipe, double)
- **Exercices tactiques** :
 - > jeu sans intention (jeu de renvoi, attente passive de la faute de l'adversaire),
 - > jeu actif (placer l'adversaire en difficulté ou dans l'impossibilité de renvoyer).

Un match peut durer 5 minutes. Si aucun point ne sépare les deux joueurs, le match continue jusqu'à ce qu'1 point les sépare. Le match peut être arbitré par un autre élève.

