

**FFBA**

**DOCUMENT TECHNIQUE**

Septembre 2009

# Présentation

# Du dispositif jeunes

SAISON 2009 - 2010

Formation continue

Codep 54,

Jeudi 15 Octobre 2009

JARVILLE

(support documents fédéraux)

# Qu'est ce que le Dispositif jeunes FFBA ?



**-C'est un projet d'envergure et d'avenir**  
(TRAMIER P A)

**-C'est un concept de formation des  
jeunes de 5 à 13 ans**

**-C'est un ensemble d'outils pédagogiques  
facilitant la pratique chez les jeunes**

**-C'est un support, une référence  
d'apprentissage et un facteur structurant  
des différentes mailles de la fédération.**



# Les Outils du Dispositifs jeunes

**L'ensemble du dispositif jeunes s'organise autour d'une mallette pédagogique.**

Cette dernière s'adresse aux entraîneurs et aux formateurs, elle comprend les documents suivants :



- une partie introductive qui positionne le dispositif jeunes dans le projet Fédéral et les Directives Techniques Nationales
- un livret sur les spécificités du développement de l'enfant de 5 à 13 ans, sur l'apprentissage du badminton en lien avec les exigences du haut niveau
- un livret sur l'organisation de l'enseignement fédéral et mise en oeuvre des programmes
  - 40 fiches pédagogiques constituant véritablement les programmes par niveau et catégorie d'âge
    - le PassBad
- 2 livrets du jeune joueur. Partie 1 : Manipuler sa raquette. Partie 2 : s'initier aux déplacements
- un livret sur l'École Française de Badminton - Labellisation des EFB – Édition 2010
- un livret sur les offres de pratiques compétitives pour les joueurs de 5 à 13 ans - Édition 2010
  - des DVD pédagogiques



**Les Orientations Techniques Nationales  
OTN**

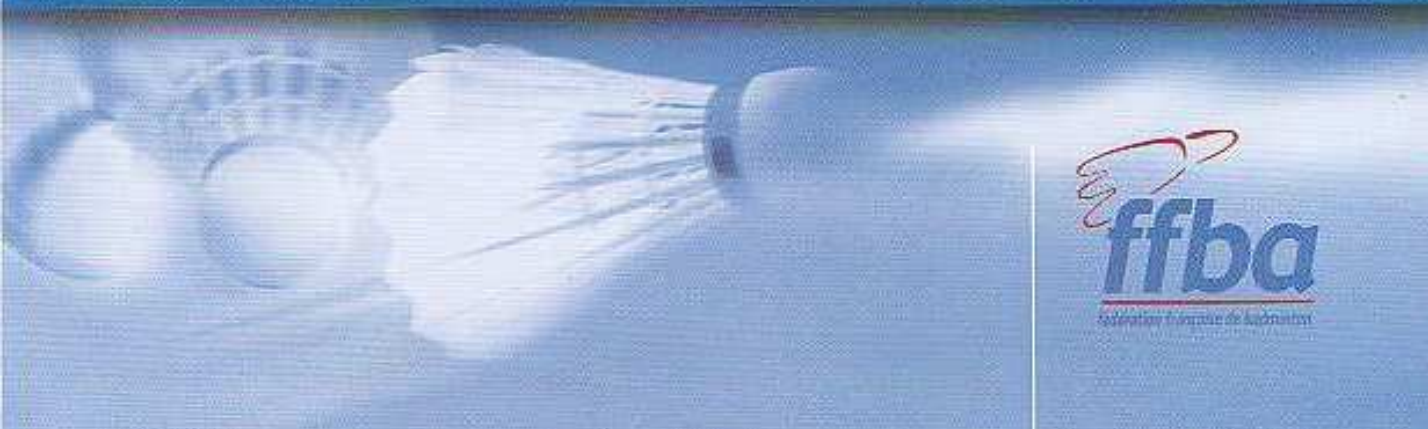
**FFBA**

**DOCUMENT TECHNIQUE**

Édition avril 2009

# Les Orientations Techniques Nationales

## Olympiade 2009-2012



# Olympiade 2009-2012

Ce triptyque a pour mission de fixer les objectifs qu'il est souhaitable d'atteindre dans chaque catégorie d'âge et de définir les priorités d'apprentissage au regard des capacités des jeunes

Les OTN constituent un document préparatoire au déploiement des programmes sportifs fédéraux dans les écoles Françaises de Badminton (EFB)

La formation du joueur ne pourra pas s'opérer sans la formation de son entraîneur. En ce sens, les OTN s'organisent autour de

## 4 Niveaux.

- **Le Niveau 1** : Initiation du public débutant, encadré par des initiateur jeunes. « Le MINIBAD »
- **Le Niveau 2 et 3** : Définit une pratique de perfectionnement et sera dispensé par des Moniteurs. (Poussins)
- **Niveau 4** : Les joueurs de ce niveau seront entraînés par des Diplômés d'Etat. (Benjamins)

*Objectif, placer des joueurs prometteurs au cœur du parcours de l'Excellence Sportive.*





## Objectifs de NIVEAU 1

### > Technique :

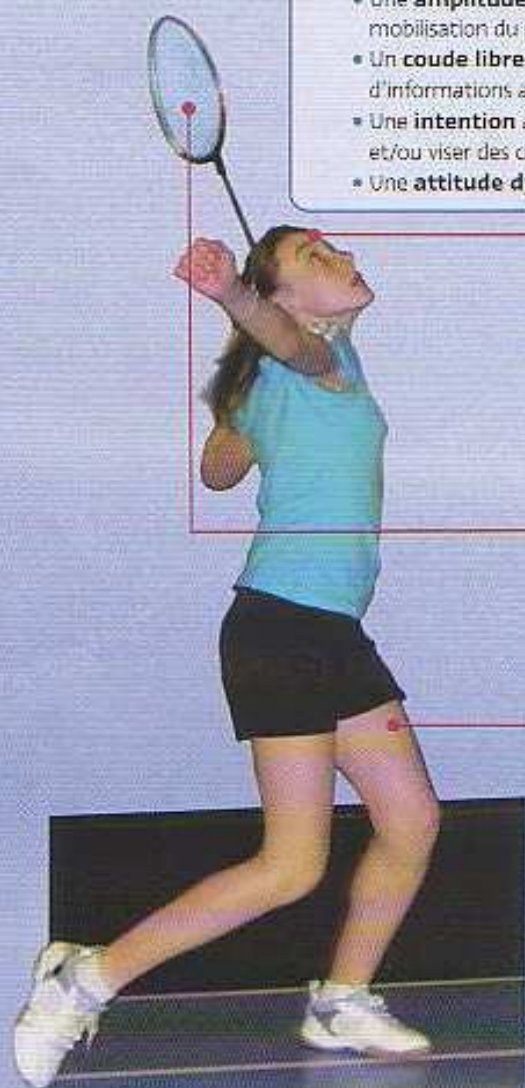
#### **Les frappes se définissent comme une priorité d'apprentissage**

Objectifs à atteindre : **Acquérir des frappes variées dans l'espace proche du joueur :**

- Les frappes en main basse et la gestion du revers et du coup droit.
- Les frappes au filet et la gestion du revers et du coup droit.
- Les frappes en main haute : coup droit et revers.
- L'enchaînement des différentes frappes.

**L'ensemble de ces frappes se décline dans le respect de principes techniques incontournables :**

- Une bonne **maniabilité** :
  - Une prise adaptée à chaque frappe.
  - Un relâchement de la main sur le grip et une utilisation des doigts pour enchaîner des frappes variées.
- Une **amplitude gestuelle** (à privilégier au début de l'apprentissage) et une mobilisation du poignet en fin de geste.
- Un **coude libre** assurant la mise à distance par rapport au volant : prise d'informations adaptée à des trajectoires freinées.
- Une **intention** à chaque frappe : orientation du tamis pour défendre des zones et/ou viser des cibles.
- Une **attitude dynamique**.



### > Mental :

#### **Le jeu avant tout**

- S'amuser en apprenant.
- Canaliser l'énergie et maîtriser l'attention.
- Développer l'estime de soi et être en confiance.

### > Tactique :

#### **Agir avec une intention**

- Défendre des zones.
- Atteindre des cibles.
- Gagner un duel.

### > Physique :

#### **Développer les ressources motrices de l'enfant**

**Acquérir une motricité générale :**

- Dissociation, équilibre, coordination, souplesse.
- Prise d'informations, temps de réaction, programmation et contrôle du mouvement, proprioception.
- Explosivité et vitesse.

**Acquérir une motricité spécifique :**

- Démarrer, se déplacer et sauter dans toutes les directions et enchaîner des actions variées : lancer, attraper.
- Développer des qualités d'appuis : brefs, variés, précis, orientés.
- Maîtriser différentes amplitudes et fréquences d'appuis.



## Objectifs de NIVEAUX 2 et 3

### > Technique :

#### **Le déplacement se définit comme une priorité d'apprentissage**

**Objectifs à atteindre : Acquérir l'ensemble des composantes du déplacement :**

- Reprise d'appuis.
- Pas chassés, pas croisés, pas courus, pas d'ajustement.
- Saut en rotation, saut d'interception, fente avant, fente latérale.

**L'ensemble du déplacement se décline dans le respect de principes techniques incontournables :**

- Une **reprise d'appuis** pour jaillir dans toutes les directions et répondre à une prise d'information.
- Une **orientation des appuis** pour gérer le contexte tactique.
- Une **fluidité** et un **rythme** pour répondre au principe d'efficacité.
- Une intégration de la raquette dans la logique du déplacement : veiller à la **qualité de l'armé**.

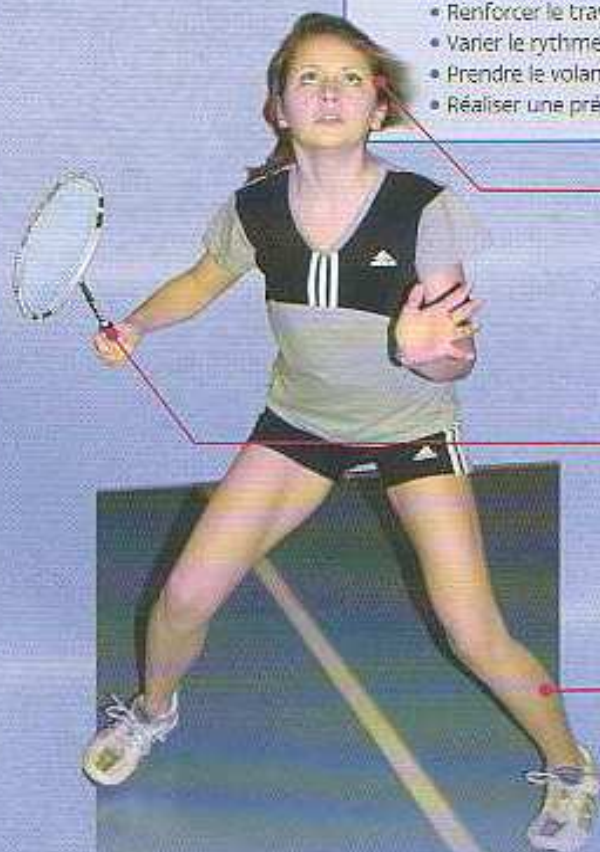
Le déplacement est au service de la meilleure frappe possible afin de poser et résoudre des problèmes tactiques à l'adversaire. Le déplacement n'est pas une fin en soi.

### **Et toujours l'acquisition des frappes :**

Élargir son répertoire de coups : slice, reverse slice, smash, X smash, dégagement offensif et défensif, spin, kill.

**Dans le respect des principes suivants :**

- Renforcer le travail des doigts.
- Varier le rythme des frappes en conservant une gestuelle identique.
- Prendre le volant tôt.
- Réaliser une préparation identique.



### > Mental :

#### **Le dépassement de soi avant tout**

- Développer le goût de l'effort.
- S'investir à l'entraînement, être rigoureux.
- Se concentrer.
- Respecter les consignes.
- S'engager en compétition.

### > Tactique :

#### **Elaborer des tactiques élémentaires en simple et en double**

**En utilisant les paramètres simples des trajectoires : vitesse/directions/hauteur :**

- Jouer grand terrain et exploiter les espaces libérés.
- Varier les trajectoires et le rythme du jeu.

### > Physique :

#### **Devenir un sportif**

**Renforcer le travail sur la motricité générale et spécifique. Insister sur :**

- La coordination et la souplesse.
- L'explosivité.
- Le travail de prise d'informations spécifique au badminton.



## Objectifs de NIVEAU 4

> **Technique :**

### **Le jeu dans la vitesse se définit comme une priorité d'apprentissage**

**Objectifs à atteindre :** Rechercher l'efficacité des frappes et des déplacements à grande vitesse :

**Les frappes :**

Élargir son répertoire de coups : fixations, masquages, feintes, effets, frappes dans le retard, bloc croisé, défense longue droite et croisée, contre-attaque.

- Accentuer le travail fin des doigts.
- S'orienter vers la réalisation de **gestes courts** en diminuant progressivement l'amplitude gestuelle.

**Les déplacements :**

- Gérer les **déséquilibres** pour jouer dans la vitesse : gainage et freinage.
- Gérer les **positions extrêmes** pour conserver l'efficacité du jeu dans la vitesse.
- Systématiser le travail des sauts pour **rechercher des angles**.

> **Mental :**

### **Un projet personnel avant tout**

- Construire progressivement un projet sportif en adéquation avec son environnement social familial et scolaire (se fixer des objectifs, s'investir dans sa pratique).
- Développer l'esprit de compétition, être combatif.

> **Tactique :**

### **Devenir un joueur "intelligent"**

**Construire un problème tactique en simple et en double (stratégie différée dans l'échange) :**

- Gérer le rapport de dominance (rechercher la continuité ou la rupture dans l'échange).
- Analyser les points forts / points faibles de l'adversaire ou de l'équipe adverse.
- Imposer son jeu, saisir les opportunités d'attaque.
- Contrôler le mi-court et le filet.
- Créer pour surprendre.

> **Physique :**

### **Se doter d'un physique spécifique au badminton**

**Construire le physique sur le court :**

- Prise d'informations pertinente et choix judicieux dans des situations d'incertitudes.
- Vitesse, explosivité, durée de l'échange, récupération.
- Souplesse, relâchement.







## Modélisation du badminton par une photo

### > MENTAL

- Concentration
- Choix des coups
- Motivation
- Risque/sécurité

### > TACTIQUE

- Choix des coups
- Auto-analyse de ses possibilités
- Analyse de l'adversaire
- Défense ou attaque
- Le bon coup au bon moment
- Risque/sécurité



### > PHYSIQUE

- Vitesse, puissance, équilibre, souplesse, endurance et explosivité

### > TECHNIQUE

Une bonne technique permettra l'optimisation de la tactique, du physique, du mental, les progrès, l'expression d'un jeu de plus en plus adapté à des contraintes évolutives et extrêmes.

### > MODÉLISER L'ACTE D'APPRENDRE

*Qu'est-ce qu'une modélisation ?*

C'est une figure donnant une représentation simplifiée de la réalité.

C'est aussi un outil d'étude de phénomènes ou faits complexes. La construction d'une modélisation suppose qu'on admette de ne pas être exhaustif dans la présentation et l'explication du phénomène complexe.

Il s'agit d'arriver à une simplification efficace sans détruire le sens exprimé par le fonctionnement du système.

Il faut faire un choix entre l'essentiel et l'accessoire ; par nature toutes les modélisations sont réductrices.

Elles ne remplacent pas la réalité mais aident à la pensée. Elles donnent du sens, créent des curiosités,

des intérêts, des approches nouvelles. Dans notre champ, elles permettent d'établir des contenus

d'enseignement et structurent l'entraînement. En d'autres termes, c'est un point de départ de la réflexion.

*Cette modélisation définit les compétences que doit s'approprier un joueur dans sa catégorie d'âge.*

*Elle permet de répondre à la question : Quelles sont les priorités d'apprentissage dans chaque tranche d'âge ?*



## Recommandations

### MiniBad

- **EFB<sup>(1)</sup>**: créneau spécifique de 1 h 30 par semaine minimum (volume annuel mini : 70 h).
- **Encadrement**: initiateur jeune au minimum (un cadre pour 8 enfants).
- **PassBad**: plume blanche (en cours de réalisation), plume jaune.
- **Compétitions**: les plateaux sportifs.

### Poussins

- **EFB<sup>(1)</sup>**: 2 créneaux spécifiques de 2 h par semaine minimum + stages (volume annuel mini : 170 h).
- **Encadrement**: moniteur de badminton au minimum (un cadre pour 8 enfants).
- **PassBad**: plume verte à rouge.
- **Compétitions**: les circuits poussins.

### Benjamins

- **EFB<sup>(1)</sup>** et **CREF<sup>(2)</sup>**: 2 créneaux spécifiques de 2 h par semaine minimum + stages + compétitions (volume annuel mini : 200 h).
- **Encadrement**: BEES1, DE (un cadre pour 8 enfants).
- **Compétitions**: niveau départemental à national.

(1) EFB : École Française de Badminton - (2) CREF : Centre Régional d'Entraînement et de Formation.

## ➔ Pour mieux se comprendre...

**MANIABILITÉ** : capacité à être habile avec la raquette.

Cela implique :

- D'être capable de jouer de "partout vers partout", c'est-à-dire d'orienter la tête de la raquette et de lui donner plus ou moins de vitesse à l'impact pour envoyer le volant vers des cibles différentes.
- D'être capable d'adapter sa prise de raquette en fonction de l'intention et de l'espace d'intervention sur le volant : prise coup droit, prise revers, prise courte, prise éloignée, prise serrée (marteau), prise relâchée. Chaque frappe est donc l'occasion d'avoir une prise différente.
- D'être capable de changer rapidement de prise entre deux frappes : relâchement de la main et utilisation des doigts.

La maniabilité s'inscrit dans le développement "d'une main intelligente" chez le joueur.

**GESTE COURT** : diminution de l'amplitude gestuelle pour répondre à des contraintes de vitesse de jeu.

**COUDE LIBRE** : l'articulation du coude doit être décollée du corps afin de prendre le volant le plus tôt possible et de rendre la frappe plus efficace. Un coude libéré du corps favorise une aisance gestuelle.

**MASQUER** : utiliser une gestuelle identique pour donner le moins d'information possible à l'adversaire.

**FIXER** : suspendre la production de la frappe au niveau de la tête de raquette pour perturber la reprise d'appui adverse.

**FEINTER** : donner une fausse information pour tromper l'adversaire.

**DÉPLACEMENT** : temps et mode d'organisation pour permettre au joueur d'arriver le plus rapidement possible et dans des conditions d'équilibre sur le volant, de produire une frappe efficace et de se replacer.

**REPRISE D'APPUI** : positionnement des appuis préalable à l'écart poussée (démarrage vers le volant).

**CENTRE DU JEU** : c'est l'endroit où s'effectue la reprise d'appui (différent du centre géométrique). Il évolue en fonction de la situation tactique.

**FLUIDITÉ** : caractéristiques de la gestuelle du badminton qui fait référence à des mouvements contrôlés, économiques et conduits.

**MOTRICITÉ GÉNÉRALE** : définit l'ensemble des ressources dont dispose un individu et qu'il est capable de mobiliser et de gérer dans des situations qu'il rencontre (sportives ou autres).

**MOTRICITÉ SPÉCIFIQUE** : définit l'ensemble des ressources qui sont mobilisées par le joueur pour répondre aux contraintes induites par la logique interne du badminton.

**TECHNIQUE** : moyens et mode d'organisation mis en place par le joueur pour répondre aux contraintes induites par la logique interne du badminton.

**LOGIQUE INTERNE** : sport duel dans lequel le volant, frappé par une raquette, après avoir franchi le filet, doit toucher le sol dans le camp adverse ou ne pas être renvoyé par l'adversaire.

**TACTIQUE** : ensemble de moyens coordonnés adoptés afin de poser et résoudre des problèmes pour gagner.

Maintenant regardons le « MINBAD »

Niveau 1 des OTN avant de passer sur le terrain



Merci