

## Fiches pédagogiques et techniques

<i>Une définition de la tactique</i>	2
Des conséquence pour l'entraînement	2
La tactique en compétition	3
<i>Une définition de la technique</i>	5
L'apprentissage de la technique	5
Exemple d'organisation d'une séance technique	7
<i>Organisation d'une séance et axes de travail pour les 6-9 ans.</i>	8

## **Une définition de la tactique**

Pour tout observateur novice ou non pratiquant l'aspect tactique d'une discipline est souvent difficile à appréhender : regarder un match de badminton, c'est voir des joueurs se déplacer, sauter, effectuer des frappes puissantes ou très précises au filet, c'est voir en fait l'aspect énergétique et technique de l'activité. Pourtant le badminton est avant tout une activité tactique

Prenons un exemple: un joueur smash sur le service de son adversaire puis suit son volant au filet pour effectuer un rush. Bien plus que de réaliser des coups techniques (smash et rush), ce joueur a fait des choix, des choix tactiques. En effet, dès le service un peu court de l'adversaire, il a choisi d'attaquer et de suivre au filet, car il sait que son adversaire, à moins d'être vraiment bien placé, est incapable de renvoyer, suite à un smash, un volant en fond de court. De plus il a choisi d'attaquer sur le revers adverse et suivre son volant au filet de ce côté car il a pu observer sur les échanges précédents que ce dernier sur un volant pris sur le côté du corps, dans la ligne des épaules en revers, fait régulièrement, ce notamment à cause de sa prise de raquette, des retours droits. Nous constatons donc que le choix du coup dépend d'observations prises :

- sur l'environnement : le service est un peu court donc propice à une attaque ;
- sur soi même : je suis bien placé, bien équilibré dans l'attente du volant donc je peux attaquer sans risque de faire une faute ou d'être en retard sur le retour ;
- sur l'adversaire : ce dernier n'arrive pas à défendre long et à une prise revers particulière ;
- sur le court du jeu : sur chaque volant rapide pris latéralement côté revers, l'adversaire a régulièrement retourné droit ;

Ainsi le joueur, comme l'entraîneur d'ailleurs, est constamment amené à faire des choix, la difficulté supplémentaire est le délai extrêmement court accordé au joueur pour choisir le "bon" coup à effectuer.

### ***Des conséquences pour l'entraînement***

Nous pouvons donc voir que le joueur en match n'est pas, ou ne devrait pas être, dans la reproduction de schéma tactique préconçus ou théorique mais bien plutôt dans une perspective exploratrice de l'adversaire et de son jeu afin d'effectuer les meilleurs choix tactiques. Nous devons à l'entraînement tenter de nous placer dans la même logique; Les exemples d'exercices proposés ci-dessous ont donc pour objectif de développer les capacités d'analyses et de déductions des joueurs en étant au plus près des processus cognitifs mis en jeu lors d'un match.

Empêcher l'adversaire d'exploiter ses points forts

- l'adversaire ne doit pas effectuer plus de 5 smashes en 5 minutes de match.
- le joueur n'a le droit de jouer qu'une fois sur le coup droit de l'adversaire par échange.

Exploration du jeu adverse

- l'adversaire à un thème de jeu, par exemple toujours jouer droit sur les frappes de fond de court, que le joueur doit trouver dans un temps et/ou un nombre de point donné.
- faire des matchs en 5 points (ou commencer le set à 10/10 ou 7/7 pour les femmes) en changeant à chaque fois d'adversaire.

Prendre des informations sur l'adversaire

- avant chaque frappe du joueur, son « adversaire » indique de ses doigts un nombre de un à cinq.
- si l'adversaire ne touche pas le volant, le joueur marque 3 points.

Cette liste n'est bien sur pas exhaustive et nous vous invitons à construire de nombreux exercices à finalité tactique en vous inspirant de votre expérience et en utilisant notamment les exercices à contrainte.

En conclusion, toutes les modifications des règles du jeu : matchs à thème, coups ou espaces interdits ou valorisés, modification du temps... induisent nécessairement une adaptation tactique et/ou technique du joueur, face à la contrainte posé par l'exercice.

### ***La tactique en compétition***

La compétition est le moment privilégié pour faire le point tactique avec vos joueurs. Il est important, quelque soit le résultat du match, d'habituer le joueur à revenir sur sa prestation. Ce travail de réflexion, de questionnement peut prendre la forme d'une discussion entre le joueur et l'entraîneur directement à l'issue du match ou bien un peu plus tard en se servant de l'outil vidéo. Mais le joueur peut également remplir seul un document qui servira ultérieurement de base de discussion avec l'entraîneur. Vous trouverez ci-dessous un exemple de document à remplir par le joueur :

NOM :	Compétition :	date :
Nom de l'adversaire :	Poule	32 16 ¼ ½ F
Gagné / perdu	score :	
J'ai marqué des points sur		
.....		
.....		
.....		
.....		
J'ai perdu des points sur		
.....		
.....		
.....		
.....		
J'ai eu comme tactique de		
.....		
.....		
.....		
.....		
Si je devais le rejouer demain je		
.....		
.....		

.....  
.....

Pour conclure nous rappellerons qu'il ne faut pas dissocier l'apprentissage tactique de l'apprentissage technique, un bon coup technique est un coup qui a atteint son objectif, c'est-à-dire qui a permis de poser des problèmes à l'adversaire et/ou permis de résoudre les siens.

## **Une définition de la technique**

Nous pouvons dire que la technique est un moyen utilisé par le joueur, dans un espace délimité et réglementé, pour atteindre un résultat ou un objectif. La technique est forcément évolutive en ce qu'elle est dépendante des règlements (qui peuvent évoluer), des contraintes de jeu (augmentation de la vitesse), des contraintes imposés par l'adversaire (rapport de force défavorable), de la créativité des individus (service revers en double). De plus comme chaque individu est différent les réponses techniques apportées par les joueurs, même si elles respectent certains invariants (les points clés), sont nécessairement singulières. Il suffit pour s'en assurer de regarder l'ensemble des joueurs d'une compétition, que cela soit le championnat régional cadet ou le championnat du Monde : chacun a son propre style, reconnaissable entre tous. La technique n'est donc pas une fin en soi, mais bien un outil, un moyen, en réponse à des contraintes et/ou au service d'un projet tactique.

## ***L'apprentissage de la technique***

Nous pouvons considérer qu'il y a deux moyens d'apprendre la technique, l'un consiste à répéter une solution, l'autre à découvrir une solution à un problème. Ces deux pédagogies différentes ne doivent pas s'opposer mais être complémentaire au sein d'une séance ou tout au long du processus d'apprentissage du jeune joueur.

### **Répéter une solution : la méthode analytique**

L'entraîneur peut utiliser des procédés de facilitation afin de favoriser l'apprentissage. Le geste est divisé en actes assez simples pour que le pratiquant puisse les exécuter plus facilement : faire un amorti au filet sans déplacement, puis avec un pas de déplacement, puis en partant de la zone centrale du terrain... En simplifiant le geste et en augmentant progressivement la difficulté on économise les tâtonnements, donc les erreurs. Cette méthode semble donc être particulièrement économe et s'inscrire pleinement dans un processus d'entraînement qui tend à optimiser l'apprentissage dans un temps limité.

Avantages :

- permet au joueur de se concentrer sur un élément du geste ;
- grand nombre de répétition dans un temps réduit ;
- application correcte d'un modèle de geste technique ;
- réussite plus rapide dans l'exercice ;

Pourtant plusieurs remarques pour nuancer ce type d'enseignement :

- l'accent est mis principalement sur la forme du mouvement alors que dans les activités sportives à habiletés ouvertes dont le badminton fait partie, la forme particulière du mouvement est le moyen justifié par la fin ;
- la répétition d'un même geste, ou le travail sans volant, peut être fastidieux ;
- un joueur qui semble avoir acquis un geste technique lors d'un exercice de ce type s'avère ensuite souvent incapable de le reproduire dans une situation de match ;

### **Se confronter à un problème : la méthode globale**

Cette méthode met en avant l'idée que l'apprentissage technique passe plutôt par la confrontation à des problèmes que par la répétition de solutions. Ainsi plutôt que de répéter le geste du contre amorti, il est plus utile pour s'approprier le geste de faire des situations de jeu ou, par exemple, le joueur ne peut pas faire de lob.

Dans le cas d'un sport à forte incertitude comme le Badminton, qui sollicite la capacité d'adaptation du joueur, on peut penser qu'un apprentissage issu en partie d'une recherche et d'une découverte personnelle est plus pertinent qu'un apprentissage guidé et dirigé. Certains auteurs pensent même que la faculté future pour le joueur de modifier rapidement son activité motrice en réponse aux exigences de la situation de jeu incertaine et changeante est déterminée par la variabilité même des apprentissages qui ont permis l'acquisition de ces habiletés. Ainsi, il semble intéressant que l'entraîneur confronte ses joueurs à des situations variées en intervenant : sur le temps, l'espace, le matériel, ou bien encore l'opposition, dans le but de favoriser l'émergence d'une adaptabilité motrice.

Avantages :

- exercices qui se rapprochent le plus de la situation de jeu en intégrant le facteur incertitude ;
- le joueur mobilise ses ressources pour atteindre un objectif ;
- exercices ludiques, permettant de varier les formes de travail ;

Plusieurs remarques pour nuancer ce type d'enseignement :

- attention de ne pas donner le but sans aucun indice sur les moyens d'y parvenir ;
- il faut que le niveau de difficulté des exercices soit adapté aux ressources du joueur : notion de zone proximale de développement ;

Pour conclure nous dirons que qu'elle que soit la forme de travail envisagée, le joueur ne peut organiser son comportement que s'il a clairement conscience du but à atteindre. L'entraîneur doit veiller à ne pas mettre en place des exercices répétitifs sans que le joueur en comprenne la finalité autant qu'il doit se garder d'exercices où le but est donné mais sans aucun indice sur les moyens d'y parvenir.

Aussi, loin d'opposer le travail analytique au travail global, même si nous pensons que le premier doit s'adresser en priorité à des joueurs confirmés, capable d'y donner du sens, nous pensons que l'alternance de ces formes de travail doit être privilégiée. Vous trouverez dans le chapitre suivant un exemple de séance à dominante technique qui pourra clarifier et illustrer ces propos.

### **Exemple d'organisation d'une séance technique**

Le travail du contre amorti.

Match ou un des deux joueurs ne peut pas faire de lob.	Situation globale qui permet : <ul style="list-style-type: none"><li>- d'introduire et d'intéresser les joueurs au thème de la séance ;</li><li>- à l'entraîneur d'évaluer le niveau des joueurs et de relever pour chacun les points à améliorer ;</li><li>- aux joueurs de s'auto évaluer dans la réussite du contre amorti ;</li></ul>
En multi volants, travail répétitif du geste du contre amorti avec un petit déplacement.	Cette situation analytique placée après la situation globale permet à l'entraîneur d'individualiser le travail des joueurs. Ainsi l'ensemble des joueurs va faire à priori le même exercice mais chacun se concentrera sur un élément particulier d'exécution du geste sur lequel l'entraîneur aura mis l'accent : le placement du pied pour l'un, l'équilibre du corps ou la prise de raquette pour un autre...
Sur demi terrain, un joueur effectue un amorti de fond de court et ensuite un contre amorti. L'autre joueur est en point fixe au filet. L'objectif pour le joueur qui se déplace est de faire un contre amorti qui empêche son partenaire de pouvoir faire un lob jusqu'au fond du court.	La surface de jeu réduite permet au joueur qui se déplace de se concentrer sur les coups à effectuer. Il peut évaluer la réussite de son contre amorti (volant qui retombe proche du filet) selon la qualité du lob qu'effectue son partenaire. On peut ajouter la possibilité pour le joueur qui se déplace de faire un smash à la place de l'amorti si le lob est effectivement trop court. L'intérêt est de valoriser la réussite d'un bon contre amorti mais aussi d'éviter que le joueur qui ne se déplace pas reste "planté" derrière le filet.
Travail répétitif du geste du contre amorti avec un départ du centre.	De nouveau cette situation analytique permet à l'entraîneur d'individualiser le travail des joueurs.
Match ou un joueur ne peut pas faire de lob.	Situation globale qui est la même que celle de départ permet : <ul style="list-style-type: none"><li>- à l'entraîneur d'observer si le niveau des joueurs a évolué par rapport au début de la séance et de relever des points à travailler lors d'une prochaine séance ;</li><li>- aux joueurs d'auto évaluer leur progression dans la réussite du contre amorti et de renforcer leur motivation ;</li></ul>

## Organisation d'une séance et axes de travail pour les 6-9 ans.

Les enfants dans cette tranche d'âge se caractérisent notamment par un fort besoin de dépense énergétique et d'activité ludique avec en parallèle une faible capacité de concentration. Ces éléments doivent inciter l'éducateur sportif à proposer des situations ludiques et variées sur le terrain mais aussi en dehors du terrain de badminton.

### Développement de la motricité

Un temps important de la séance, qui peut se dérouler hors du terrain, doit concerner le développement de la motricité générale et être consacré à des jeux d'habileté, de vitesse, de coordination, de dissociation... Toutes les ressources disponibles dans un gymnase doivent être utilisées pour imaginer et mettre en place ces exercices : tracés au sol, bancs, plinthes, tapis, plots, balles, volants...

Sur le terrain les spécificités du badminton en terme de déplacement doivent être travaillées : attitude active, différents types de pas, respect du jeu d'angle corporel...

Vous trouverez des éléments d'information complémentaires et des exemples d'exercices dans les documents suivants :

- [Directives Techniques Nationales](#)
- [DVD PassBad](#)
- [Le déplacement](#)
- [Les fondamentaux chez les jeunes](#)
- [Les appuis en Badminton](#)
- [La vitesse à l'entraînement](#)

### Développement de la maniabilité

La maniabilité de la raquette est également un élément primordial à travailler dès le plus jeune âge. La capacité à relâcher et modifier rapidement sa prise de raquette ou bien encore la capacité à utiliser ses doigts lors des frappes est un préalable indispensable pour que le joueur puisse dans le futur s'adapter et faire face à l'augmentation constante de la vitesse du jeu.

Il ne s'agit pas de faire des séances spécifiques sur le thème de la maniabilité mais de toujours inclure dans les séances à l'attention des plus jeunes un moment pour ce type de travail. L'objectif pour l'entraîneur ne doit pas seulement être de leur apprendre les différents types de prises mais bien plutôt de développer chez eux la liberté de passer rapidement d'une prise à l'autre, ce qui n'est pas la même chose.

Quelques exemples d'exercices :

- faire tourner sa raquette dans sa main, yeux ouverts puis yeux fermés
- faire des jonglages près du sol ou haut dessus de la tête, entre les jambes, dans le dos...
- faire tourner sa raquette dans sa main entre deux dégagements puis entre deux drives
- changer sa raquette de main (devant soi, puis en la faisant passer dans son dos) entre deux dégagements, entre deux drives
- faire des échanges en tenant sa raquette très haut ou inversement très bas sur le grip
- ...

Vous trouverez des éléments d'information complémentaires et des exemples d'exercices dans les documents suivants :

- [La maniabilité](#)