

<http://ec-la-ferte-beauharnais.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/spip.php?article1552>



# **Badminton - Séance n°3**

- Archives - Archives 2019-2020 - Badminton -



Date de mise en ligne : dimanche 6 octobre 2019

---

**Copyright © Ecole des 3 Merlettes - Tous droits réservés**

---

Rappel des outils : manche + tige + tamis = raquette ET jupe + bouchon = volant.

### Echauffement

Les enfants trottinent autour du gymnase en faisant 3 tours.

Sur le 1er tour, les enfants trottinent.

Sur le 2ème tour, ils trottinent et ils font la largeur en pas chassés.

Sur le 3ème tour, ils font des longueurs en ciseaux de bars et sur la largeur, en nage.

RAPPEL : Tenue de la raquette

Il est important de bien tenir la raquette au bas du manche afin de mieux maîtriser la trajectoire.

Pour démarrer, les enfants commencent par un petit jeu. Les élèves tiennent le volant par le bouchon. Ils sont répartis de chaque côté des filets. Au 1er top, ils envoient, bras cassés, le volant de l'autre côté du filet. Au 2ème top, on s'arrête et on compte le nombre de volants dans chaque camp.

### Atelier 1 : Parcours de motricité

Les élèves effectuent un parcours de motricité pour travailler les déplacements. Ils effectuent d'abord des pas chassés en se déplaçant autour de 8 plots, puis on fait demi-tour autour d'un plot et on revient en sautant deux obstacles. Dans un premier temps, ils le font sans objet pour découvrir puis ils tiennent la raquette. Dernière difficulté : les enfants effectuent le parcours avec un volant posé sur la raquette.

### Atelier 2 : Le service

Il faut envoyer le volant dans le carré de service. Le pied d'appel est en direction du carré de service et les bras sont en canard.

### Atelier 3 : Echange avec le pompon

Afin de travailler la trajectoire, les enfants se renvoient à l'aide de la raquette un pompon. Il est très léger et difficile à manipuler.