

FICHE D'ADAPTATION

BADMINTON

Définition :

C'est un sport de raquette qui oppose deux joueurs placés dans deux demi-terrains séparés par un filet. Les joueurs marquent des points en frappant un volant à l'aide d'une raquette pour le faire tomber dans le demi-terrain adverse. L'échange se termine dès que le volant touche le sol.

Types d'actions	<u>Se déplacer et s'équilibrer pour frapper</u> : appuis plantaires, sollicitations des genoux, des abdominaux, du dos, de la nuque, des épaules, des coudes et des poignets
Type d'efforts	De très modéré (ex : travail en coopération, le service, ...) à soutenu en fonction du rythme de jeu.

ADAPTATIONS POSSIBLES

Sur le matériel	Sur le temps	Sur l'espace	Autres
<ul style="list-style-type: none"> -adapter la taille et le poids de la raquette -utiliser différentes formes de projectiles: couleurs, poids, ballons de baudruche, balles en mousse, ... -lignes rugueuses -support visuel (fiches, photos, ...) -support auditif 	<ul style="list-style-type: none"> -limiter le temps de travail -adapter le temps d'effort -alterner les intensités d'effort - aménager des temps de récupération : <ul style="list-style-type: none"> ↳ entre chaque rencontre ↳ nombre de points limités par set ↳ nombre de sets gagnants limités ↳ temps morts possibles 	<ul style="list-style-type: none"> -réduire le terrain dans sa largeur et/ou longueur -réduire ou augmenter la hauteur du filet 	<ul style="list-style-type: none"> - utilisation d'un joueur plastron -utiliser davantage la coopération que l'opposition -Rôles sociaux (arbitre, observateur, ..) - proscrire des types de frappes (ex : le smash) -modifier / supprimer un paramètre de l'évaluation - partir avec des bonus ou des handicaps -penser au speedminton