



Dispositif
JEUNES

Document réalisé par la
Direction Technique Nationale.



**FÉDÉRATION
FRANÇAISE DE
BADMINTON**

9-11 avenue Michelet
93583 Saint-Ouen Cedex
Tél. 01 49 45 07 07
Fax 01 49 45 18 71
Email : ffba@ffba.org

Conception & Réalisation - MPO - 06.09.75.03.43 - Impression - PATON



Dispositif
JEUNES



Livret
du jeune joueur



MiniBad

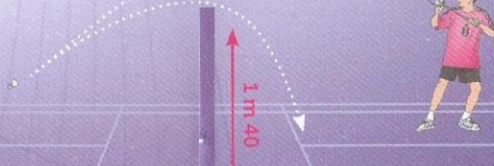
▷ Mise en jeu

Quelques recommandations pour t'aider à **RÉUSSIR** les tests.

Au badminton, il
faut apprendre à
frapper le volant
avec **une intention**.

Sur les exercices de ce livret, tu
chercheras à viser des cibles.

Au service et dans l'échange,
tu pourras jouer loin
de ton adversaire pour
diriger l'échange et
gagner le point.



Pour faire un
match, tu
dois connaître
le règlement.

Lorsque ton score est pair
(0, 2, 4, ...), place toi à
droite de ton terrain derrière
la ligne de service court.

Tu peux engager un service
par dessous.

Ton volant doit atterrir dans
la zone de couleur rose.



Lorsque ton score est
impair (1, 3, 5, ...), place
toi de l'autre côté et
effectue ta mise en jeu sur
l'autre diagonale.



N'hésite pas
à demander
conseils au
responsable
de ton club.



Exerce-toi
autant de
fois que tu
le souhaites.



Pour le MiniBad,
le jeu se déroule
sans le couloir
du fond.

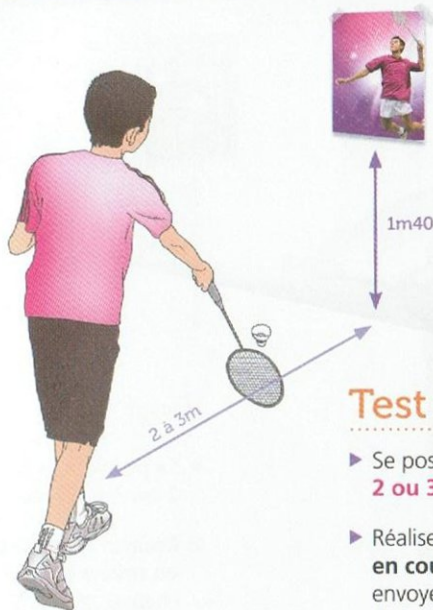
Cocher la case lorsqu'une étape est validée par le responsable de ton club.

- Étape 1 La cible en coup droit ☐
- Étape 2 La cible en revers ☐
- Étape 3 Le jonglage en coup droit ☐
- Étape 4 Le jonglage en revers ☐
- Étape 5 Le jonglage alterné ☐
- Étape 6 Le jeu contre le mur ☐
- Étape 7 Le service long en coup droit ☐
- Étape 8 Le service court en coup droit ☐
- Étape 9 Le service court en revers ☐
- Étape 10 Le service long en revers ☐

La cible en coup droit

1

Je suis capable de toucher la cible en coup droit.



Test

- ▶ Se positionner à **2 ou 3m** du mur.
- ▶ Réaliser **10 services en coup droit** pour envoyer le volant dans la cible.

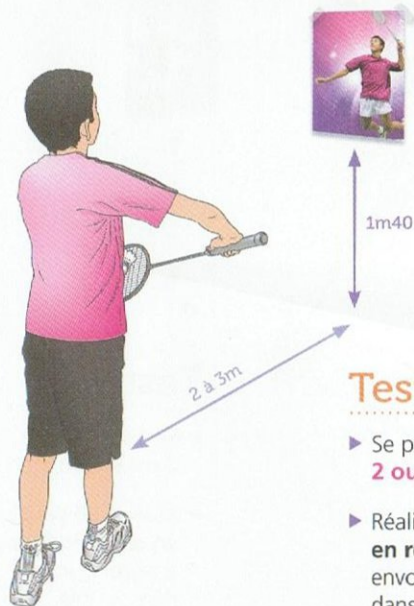
Validation

7 réussites minimum sur 10 essais

Date
..... / /

Signature du responsable
de l'école de jeunes :

Je suis capable de toucher
la cible en revers.



Test

- Se positionner à **2 ou 3m** du mur.
- Réaliser **10 services en revers** pour envoyer le volant dans la cible.



7 réussites minimum sur 10 essais

Validation

Date
..... / /

Signature du responsable
de l'école de jeunes :

Je suis capable de jongler
en coup droit.

Test

- Réaliser **10 jongles en coup droit** sans faire de fautes.



Tu peux réaliser
plusieurs essais.



10 jongles minimum

Validation

Date
..... / /

Signature du responsable
de l'école de jeunes :

4 Le jonglage en revers

Je suis capable de jongler en revers.

Test

- Réaliser **10 jongles en revers** sans faire de fautes.



Tu peux réaliser **plusieurs essais.**



Validation

10 jongles minimum

Date
..... / /

Signature du responsable
de l'école de jeunes :

5 Le jonglage alterné

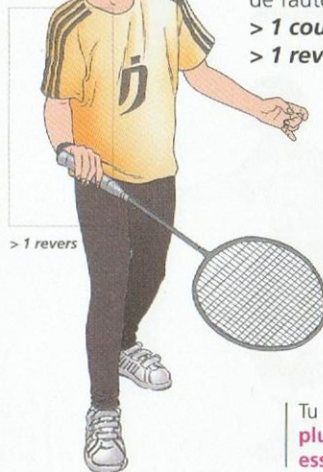
Je suis capable de jongler en alternant coup droit et revers.

Test

- Réaliser **10 jongles** en alternant sans faire de fautes :
> 1 coup droit
> 1 revers



> 1 coup droit



> 1 revers

Tu peux réaliser **plusieurs essais.**



Validation

10 jongles minimum

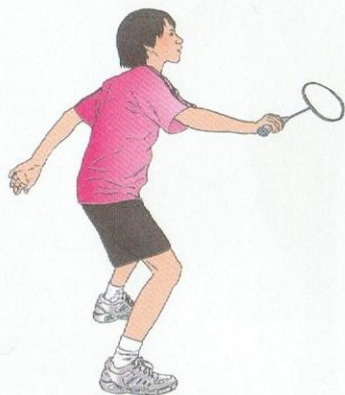
Date
..... / /

Signature du responsable
de l'école de jeunes :

Je suis capable de réaliser
des frappes contre le mur.

Test

- Réaliser **10 frappes**
contre le mur sans
faire de fautes.



Tu peux réaliser
plusieurs
essais.

Validation



10 frappes minimum

Date

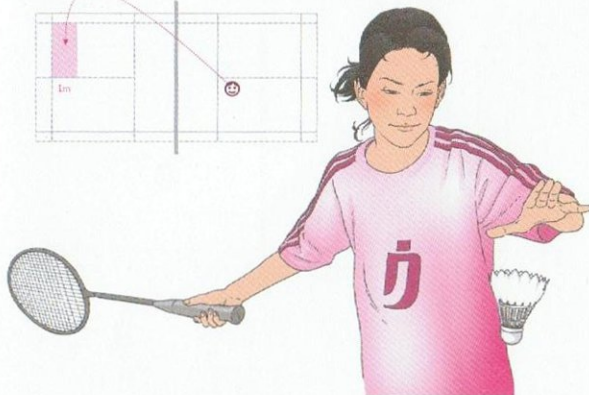
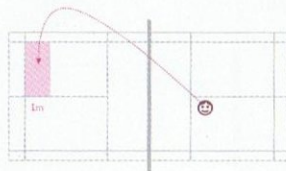
..... / /

Signature du responsable
de l'école de jeunes :

Je suis capable de servir
long en coup droit.

Test

- Réaliser **10 services en**
coup droit pour envoyer
le volant dans la cible.



Validation



7 réussites minimum sur 10 essais

Date

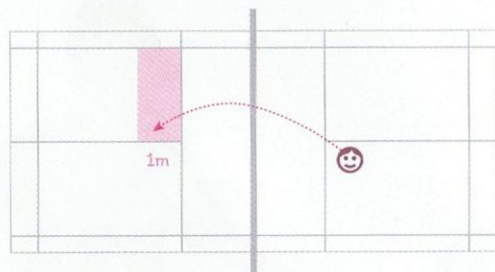
..... / /

Signature du responsable
de l'école de jeunes :

Je suis capable de servir court en coup droit.

Test

- Réaliser **10 services en coup droit** pour envoyer le volant dans la cible.



Validation

✓ ✓ ✓ ✓ ✓ ✓ ✓ ✗ ✗ ✗
7 réussites minimum sur 10 essais

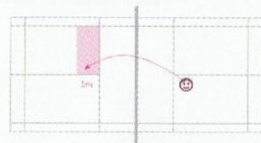
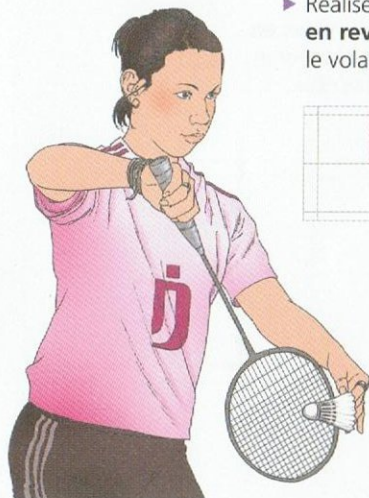
Date
..... / /

Signature du responsable
de l'école de jeunes :

Je suis capable de servir court en revers.

Test

- Réaliser **10 services en revers** pour envoyer le volant dans la cible.



Validation

✓ ✓ ✓ ✓ ✓ ✓ ✓ ✗ ✗ ✗
7 réussites minimum sur 10 essais

Date
..... / /

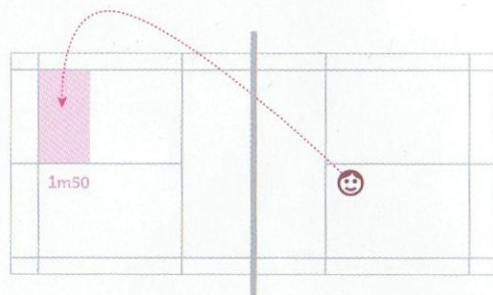
Signature du responsable
de l'école de jeunes :

10 Le service long en revers

Je suis capable de servir long en revers.

Test

- Réaliser **10 services en revers** pour envoyer le volant dans la cible.



Validation

✓✓✓✓✓✓✓✗✗✗
7 réussites minimum sur 10 essais

Date
..... / /

Signature du responsable
de l'école de jeunes :

Voici le **MATÉRIEL** nécessaire
pour réaliser les tests.

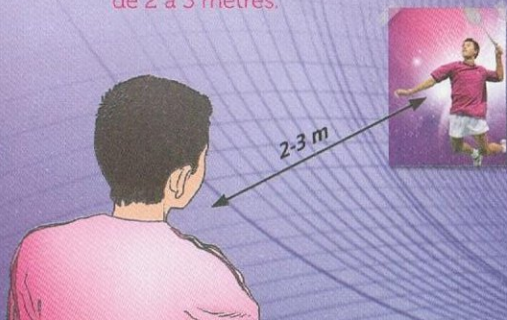
Pour utiliser ce livret chez toi et réaliser
les deux premiers tests, tu as besoin d'un
poster pour défier ton champion préféré.

- 1 • Utilise un feuille A4 (21 x 29 cm)
et imprime un champion.



tu peux télécharger
des posters sur le site
de la fédération
www.ffba.org
chemin de navigation :
> Développement Jeunes
> Dispositif Jeunes

- 2 • Accroche le poster dans ta chambre
et assure toi que tu peux reculer
de 2 à 3 mètres.



Au badminton, il faut aussi apprendre à frapper le volant avec **un coude libre**.

Observe les 3 dessins

La frappe est toujours éloignée du corps.

Ces attitudes vont te permettre d'atteindre ton but.



En main haute

En Jongle

Au filet



MiniBad mise en jeu

Club

Nom du responsable
de l'école de jeunes
.....
.....

Livret délivré le
..... / /

Signature du titulaire



date de naissance

..... / /

nom et prénom

.....