




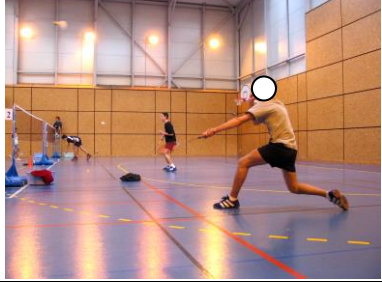
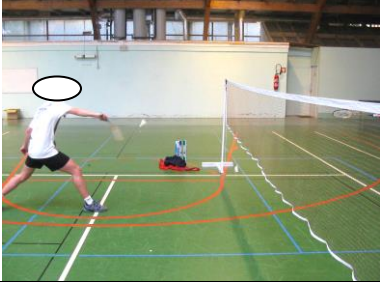

Observer la motricité pour mieux guider les apprentissages :

Le rôle de l'enseignant en dehors de concevoir et conduire son cours consiste aussi, et peut-être surtout, à réguler les apprentissages des élèves. Cette régulation en badminton s'appuie sur une observation fine de la motricité d'une part et sur le repérage des intentions tactiques du joueur observé d'autre part. L'objet de cet article, centré sur l'observation de la motricité, est de proposer un panorama de l'évolution d'attitudes typiques en réception de service, au filet et en frappe main haute. Un commentaire succinct constitué d'un descriptif des postures et des conséquences que ces postures entraîneront sur la production de la frappe accompagne chaque photo. Cet outil doit permettre aux enseignants d'identifier plus rapidement les défauts de leurs élèves et ainsi orienter en connaissance de causes le travail d'apprentissage à accomplir.

Les attitudes typiques en réception de service :

-		
		
Les jambes sont raides ce qui ne permettra pas une réaction rapide de démarrage et la raquette est basse ce qui nuira à l'interception de volant. Les appuis sont presque parallèles au filet ce qui hypothèque un déplacement efficace vers l'avant ou l'arrière.	Les jambes sont raides ce qui ne permettra pas une réaction rapide de démarrage et la raquette est très basse ce qui nuira à l'interception du volant. Par contre les appuis sont décalés (un peu trop) cela permettra plus facilement un déplacement vers l'avant ou l'arrière	Le joueur est en appui pieds décalés, jambe avant légèrement fléchie, cependant le poids du corps est exagérément réparti sur la jambe arrière (talon au sol) ce qui nuira à un démarrage rapide vers l'avant. La raquette est tenue à deux mains ce qui interdira toute réaction rapide sur le volant.
		+
		
L'attitude est pré-active favorisant ainsi un démarrage rapide mais la raquette est insuffisamment haute pour intercepter au plus vite le volant. Le corps est en déséquilibre contrôlé vers l'avant afin de palier à un éventuel service court.	Dans cette posture l'accent est mis sur la préparation haute du train supérieur permettant une interception rapide du volant mais le fait que tout le poids du corps soit sur la jambe gauche qui est tendue rendra difficile un démarrage rapide	La raquette en préparation haute et la posture pré active permettront une réponse rapide du receveur.

Les attitudes typiques au filet ou mi-court en main basse:

		
<p>L'organisation des appuis est inversée, la jambe côté raquette aurait dû être devant et en flexion afin de permettre un remplacement rapide. Le blocage sur le talon de la jambe avant tendue rend l'équilibre de la posture impossible.</p>	<p>La jambe droite est bien devant et fléchie mais l'autre jambe est dans la même position ce qui retardera le remplacement vers la zone d'attention. La raquette est trop basse ; le volant sera frappé trop bas : le joueur est dominé</p>	<p>La fente avant est inversée, l'interception imposera une flexion importante de la jambe d'appui ce qui retardera d'autant le remplacement et accentuera la fatigue musculaire. La raquette est très basse le joueur est en retard.</p>
		+
		
<p>La fente avant permet un équilibre efficace et un retour rapide mais le bras raquette est trop incliné vers la bas (bras et cuisse parallèles) ce qui ne favorisera pas une interception précoce du volant et imposera une trajectoire montante.</p>	<p>La fente avant permet un équilibre efficace et un retour rapide et le bras raquette est presque à l'horizontale favorisant ainsi une interception précoce du volant.</p>	<p>La raquette est armée très haute afin de permettre une action offensive sur le volant. La pose du pied avant par le talon permettra un freinage et un amortissement du déplacement propices à la production d'une frappe efficace.</p>

Les attitudes typiques en frappe coup droit main haute :

		
<p>Conduite typique du joueur débutant, les appuis sont parallèles au filet, le bras raquette bas vers l'avant, la raquette « attend » le volant. La frappe sera molle et courte.</p>	<p>Les appuis sont parallèles au filet ce mais le bras raquette est armé coude haut . La frappe manquera de puissance.</p>	<p>Bien que la rotation du corps vers l'arrière soit correcte et les appuis bien orientés, le bras libre ne remplit pas sa fonction de viseur équilibrateur et balancier. L'orientation de la tête vers le atteste d'un placement insuffisamment reculé, la joueuse risque d'être en déséquilibre vers l'arrière après la frappe .</p>
		
<p>L'orientation des épaule est bien perpendiculaire au filet, le bras raquette armé et le bras libre viseur mais l'orientation des appuis perturbera la rotation centrale au moment de l'impact .</p>	<p>L'orientation des appuis est correcte mais le pois du corps devrait être sur la jambe arrière. Par contre l'axe des épaules est beaucoup trop parallèle au filet ce qui limitera la puissance de frappe.</p>	<p>La préparation est optimale, pieds légèrement décalés orientés vers le filet, le poids du corps sur la jambe arrière. Le bras libre est viseur et équilibrateur. Le joueur pourra avancer dans sa frappe.</p>