
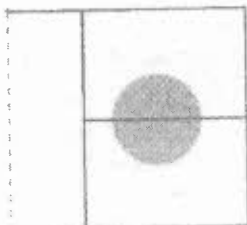

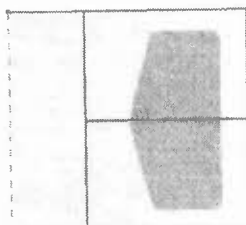


Niveau (2005)

	Service	Choisir des stratégies	Produire des trajectoires	S'engager dans le duel
Niveau 1	Assurer : services toujours identiques (hauts et trop courts). Posent peu ou pas de problème à l'adversaire, celui-ci pouvant prendre l'initiative à tout moment. Le service est impossible à valider puisque le receveur est en position dominante sur le serviceur.	Attendre : le joueur se contente de renvoyer le volant une fois de plus que l'adversaire. Il cherche à le déplacer sur certains enchaînements. Le joueur cherche avant tout à ne pas perdre : il valorise en priorité l'échelle des points (sur le monogramme) au détriment de l'échelle des coups à valider bien qu'il soit en mesure, techniquement, de valider deux ou trois types de frappes différentes.	Le joueur produit des trajectoires uniformes en vitesse. Il se limite au coup droit. Son revers est inefficace. Il fait beaucoup de fautes directes liées au déséquilibre, lui-même provoqué par un déplacement tardif. Il a une attitude défensive, laissant l'initiative à l'adversaire. L'éventail des coups se limite au lob, à l'amorti et au contre-amorti. Beaucoup de fautes directes (66 %) de part et d'autre perturbent le taux de validation.	Le joueur oscille entre deux états émotionnels extrêmes : désinvolte, passivité (refuse de jouer, perd du temps, se laisse battre) ou agressivité, hyperactivité (s'énerve, crie, jette sa raquette, triche). Le taux élevé de fautes directes suscite des irrégularités de motivation. Le fait que le score ne soit pas le seul critère provoque discussion et contestations. La concentration s'en trouve affectée.
Niveau 2	Déplacer : services longs ou courts (hauteur, longueur, précision, direction). L'adversaire est amené à avancer ou à reculer mais peut encore prendre l'initiative. Bien que les frappes ne soient pas toujours précises, le joueur prend conscience que l'alternance irrégulière des services longs et courts provoque le déséquilibre voire la rupture de l'échange.	Déséquilibrer : le joueur envoie le volant à l'adversaire n'est pas : le duel est un jeu de cibles à atteindre. De façon parfois stéréotypée, il cherche à atteindre des cibles correspondant à des frappes précises à valider (fond de court pour valider le lob, jeu au filet pour valider l'amorti...). Il privilégie tantôt l'échelle des scores au détriment de la diversité des frappes, tantôt l'échelle des coups au détriment du score.	Le joueur joue intentionnellement sur les paramètres de longueur, hauteur, direction. La précision et la régularité restent aléatoires, le paramètre de la vitesse est insuffisamment maîtrisé. Le joueur cherche à déséquilibrer l'adversaire par des enchaînements avant/arrière, droite/gauche. 75 % des coups principaux sont efficaces, la validation est rendue plus aisée du fait de la baisse des fautes directes (50 %).	En phase dominante et si le score est favorable, l'engagement est contrôlé et serin. En cas d'échec ou de domination subite, le joueur a du mal à garder son calme. Il retrouve un calme relatif lorsqu'une frappe gagnante est enregistrée mais le perd à nouveau si l'échelle du score ou celle des coups tarde à grimper. Il saute du coq à l'âne, ce qui l'empêche d'optimiser la prestation.
Niveau 3	Varié : le joueur élargit son panel de services (longs, courts, revers, flick). Prenant en compte son adversaire, il le met en difficulté (placement, qualité de renvoi). L'adversaire, dans l'incertitude, ne peut que réaliser un retour neutre voire défensif. Le service est vu comme une arme qui permet de prendre l'initiative.	Construire : le joueur cherche à déséquilibrer son adversaire en misant sur les changements de rythmes (smash, drive, lob, amorti, contre-amorti) et à le mettre en difficulté en analysant son jeu. Le niveau d'opposition des adversaires exige une stratégie sur les 3 rencontres. Il faut donc analyser les forces en présence. L'échelle des coups est intégrée à la valorisation de l'échelle des points.	Le joueur a un large éventail de frappes et joue sur tous les tableaux. Le paramètre de vitesse est prédominant, que les trajectoires soient rapides (smash, drive, lob, rush, flick) ou lentes (amortis, dégagers défensifs). Seul le revers gagnant pose encore des difficultés et nécessite au joueur d'y prêter une attention toute particulière. Le taux de fautes directes est d'environ 35 %.	Le contrôle de soi et la prise de recul sont des moyens qui s'ajoutent aux ressources énergétiques, motrices, cognitives et physiologiques pour gérer le duel. Le joueur change d'objectif en cours de jeu s'il n'obtient pas le résultat escompté. Il interroge le marqueur, ne se précipite pas, relativise, garde une vue globale de la situation sur trois adversaires.


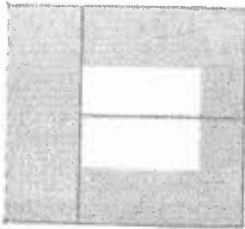

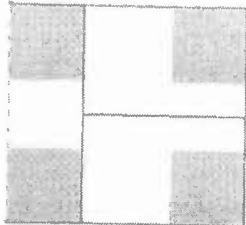


LE TABLEAU DE RÉFÉRENCE

« Situer son niveau de jeu

FONDAMENTAUX : INDICATEURS	NIVEAU 1	NIVEAU 2
DÉPLACEMENTS REPLACEMENTS	<ul style="list-style-type: none"> • Tardifs. • Pas de placement sous le volant. • Pas de remplacement. 	<ul style="list-style-type: none"> • Placement sous le volant. • Déplacements désordonnés. • Remplacement tardif.
FRAPPES MAIN HAUTE	<ul style="list-style-type: none"> • Épaules face vers l'avant. • L'index guide la raquette. • Bras toujours tendu. 	<ul style="list-style-type: none"> • Flexion du bras avant la frappe, extension pendant la frappe. • Doigts enroulés sur le grip. • Toujours épaules vers l'avant.
TRAJECTOIRES et ZONES D'ATTAQUE	 <p>hautes en cloche</p> 	 <p>en cloche et surtout smashes</p>  <p>centre élargi</p>
CONSTRUCTION DU POINT CHOIX TACTIQUES	<ul style="list-style-type: none"> • Se contente de renvoyer. 	<ul style="list-style-type: none"> • Attaque mais surtout en force ou en vitesse (smash) quelque soit le placement adverse.
CRÉATION D'INCERTITUDE (SURPRENDRE L'ADVERSAIRE)	<p>Ces indications concernent surtout les niveaux</p> <p>Mais ils peuvent apparaître dans le jeu aux</p>	
ADAPTATION AU RAPPORT DE FORCE		

LES CINQ NIVEAUX DE JEU

pour chaque fondamental »

NIVEAU 3	NIVEAU 4	NIVEAU 5
<ul style="list-style-type: none"> • Déplacements équilibrés vers l'arrière en tournant les épaules. • Remplacement juste après la frappe. 	<ul style="list-style-type: none"> • Déplacements économiques, fentes vers l'avant. • Remplacement dans la frappe. 	<ul style="list-style-type: none"> • Déplacements très rapides. • Interception précoce du volant. • Anticipation.
<ul style="list-style-type: none"> • Épaules tournées avant la frappe. • Rotation des épaules pendant la frappe. • Frappe du volant au point haut. 	<ul style="list-style-type: none"> • Rotation de l'épaule et de l'avant-bras avec une prise de raquette universelle. 	<ul style="list-style-type: none"> • Frappes réalisées le plus souvent en suspension en coup droit. • Revers main haute de dégagement maîtrisé.
 <p>Dégagements Amortis de fond de court Smashes</p>  <p>la périphérie</p>	 <ul style="list-style-type: none"> • idem 3 + contre amortis et trajectoires hautes défensives pour se replacer.  <p>les 4 coins</p>	 <ul style="list-style-type: none"> • idem 4 avec une utilisation prioritaire de trajectoires directes, non croisées pour accélérer le jeu.  <p>Les 4 coins + point faible adverse.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Tient compte du placement de l'adversaire : <ul style="list-style-type: none"> - pour éloigner le volant de lui ; - pour jouer à l'opposé. 	<ul style="list-style-type: none"> • Tient compte du placement et du remplacement de l'adversaire pour jouer à l'opposé, à contre-pied. • Construit le point en déséquilibrant l'adversaire sur plusieurs frappes avant de conclure. 	<ul style="list-style-type: none"> • Idem 4 + <ul style="list-style-type: none"> - déplace l'adversaire en variant les rythmes pour conclure ; - établit une stratégie jouée sur les points faibles adverses.
<p>4 et 5 (option). niveaux inférieurs.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Surprend l'adversaire : même préparation de frappe pour final différent. 	<ul style="list-style-type: none"> • Donne de fausses informations à l'adversaire. • Frappes feintées, retardées, masquées.
	<ul style="list-style-type: none"> • Renvoi haut et loin, en position d'infériorité pour se donner le temps de se replacer. 	<ul style="list-style-type: none"> • Cherche à rétablir un rapport d'opposition favorable en position de dominé.