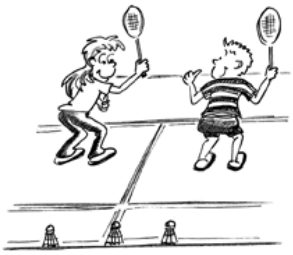
Exemple de leçon de badminton - Cycle 3

Durée : 45 minutes **Installation :** Salle de sport - simple

Objectif : Forcer l'adversaire à courir et exploiter les espaces de manière stratégique.

Durée	Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Schéma	Matériel/Réf.
Mise en route			
2'	Annoncer le thème de la leçon et les objectifs	Rassemblement en cercle	
10'	**Échauffement: Chasse aux lignes (5 min)** Cet exercice permet aux élèves de se familiariser avec les lignes du terrain de badminton et de découvrir l'espace. Six à dix élèves par terrain, sans filet. On ne peut se déplacer que sur les lignes, et pour changer de ligne il faut toucher l'intersection entre deux lignes avec le pied. La «chasseuse» / le «chasseur» doit toucher ses proies avec le volant en main, mais uniquement celles qui se trouvent sur la même ligne. Interdiction de contourner les camarades. Toute personne qui sort d'une ligne devient automatiquement chasseuse/chasseur. 	Premier tour uniquement en courant, puis en «side steps» (pas chassés), et enfin en courant de nouveau lors du troisième tour. **Version plus facile:** - Marcher uniquement - Une seule «chasseuse» / un seul «chasseur» - Plus d'élèves par terrain, autoriser les dépassements **Version plus difficile:** - Augmenter la vitesse - Ajouter plus de chasseuses/chasseurs - Moins d'élèves par terrain, autoriser le «blocage»	Volants Référence au programme scolaire: **CM 31** **CM 33** **CM 34**
	Échauffement: Chasse au volant - Mobile Sport (5 min) Avec l'exécution de lancers ciblés, les élèves améliorent leur rapidité d'action et leur puissance de frappe. Six à dix élèves sur un terrain de badminton (sans filet). La «chasseuse» /le « chasseur» peut faire autant de pas qu'elle/il veut et doit toucher avec le volant la chaussure ou la chaussette d'un autre élève, qui devient alors la nouvelle «chasseuse» / le nouveau «chasseur». Si un·e élève quitte le terrain, il devient automatiquement la nouvelle «chasseuse» / le nouveau «chasseur». 	**Version plus facile:** - Augmenter la surface de frappe (p. ex. utiliser les jambes entières) - Autoriser plus d'élèves par terrain - Ajouter davantage de chasseurs **Version plus difficile:** - Réduire la surface de frappe (p. ex. se limiter aux chaussures) - La «chasseuse» / le «chasseur» ne peut faire que trois pas - Réduire le nombre d'élèves par terrain Limiter le nombre de «chasseuses»/«chasseurs»	

Partie principale			
30’	**Duel au filet (Mobile Sport) - 8 min** Sur la moitié du terrain, un match est joué dans le champ avant (du filet à la ligne de service). En cas d’erreur, l’élève doit courir jusqu’à la ligne de fond et la toucher du pied. Pendant ce temps, l’autre élève peut ramasser le volant et le servir depuis derrière la ligne de service. Si le service atterrit sans être touché, un point est marqué. Si l’adversaire touche le volant, l’échange continue. La·e premier·ère élève à atteindre 3 points remporte la partie.	**Version plus facile s:** - Le deuxième service peut être effectué de n’importe où - Toucher la ligne de fond avec la raquette **Version plus difficile:** - Toucher la ligne de fond avec les deux pieds après une faute	Volants Raquettes Filet de badminton
	Simple avec Golden Point - 10 min À trois, un match de simple (1v1) est joué à tour de rôle sur la moitié du terrain, la·e troisième élève attendant à l’extérieur. La·e premier·ère élève à atteindre 3 points gagne. Si un·e élève réussit à envoyer le volant directement dans le terrain de son adversaire sans que celle-ci/celui-ci ne le touche, le jeu se termine immédiatement.	**Version plus facile:** - Jouer sur tout le terrain **Version plus difficile:** - Après chaque coup, toucher le filet avec la raquette	
	Double indonésien (Sport Mobile) - 12 min Les élèves apprennent à faire moins d’erreurs et à attendre le bon moment pour marquer un point. Pour gagner, il faut être patient·e. Quatre élèves jouent en double. Chaque équipe a trois volants placés sur sa ligne de fond. Si un·e élève commet une erreur, elle/il doit rapidement récupérer le volant, le poser sur sa ligne de fond puis revenir dans le jeu. L’équipe qui gagne l’échange prend un volant supplémentaire sur sa ligne de fond et le met en jeu. L’objectif est de voir quelle équipe vide son stock de volants en premier. 	**Version plus facile:** - Jouer en 3 contre 3 - Jouer sur la moitié du terrain **Version plus difficile:** Placer plus de volants sur la ligne de fond (p. ex. 5 par équipe)	
Clôture			
3’	**Moment de réflexion** - Comment ai-je réussi à faire courir l’autre élève? - Comment ai-je / avons-nous pris l’avantage dans le jeu? - Comment ai-je pu marquer un point direct dans le jeu «Golden Point»? - Quelle tactique a été la plus efficace en double indonésien?	Rassemblement en cercle	