

Jeux de renvoi avec enfants – Badminton: Objectif mur

Dans ce jeu, les élèves s'exercent à trouver les bons angles et à doser la force des frappes (précision).

Le volant est frappé par en bas avec la raquette en direction du mur. Qui arrive le plus près du mur sans le toucher? Le volant le plus proche gagne un point.



Variantes

- Jouer en travers de la salle. Qui réussit à atteindre une zone définie (près du mur) avec le moins de coups possible?
- Augmenter la grandeur de la zone près du mur. Qui se rapproche le plus du mur en trois coups?
- Au lieu du mur, essayer de placer le volant juste derrière le filet.

plus facile

- Lancer.
- Se rapprocher du mur.

plus difficile

- S'éloigner du mur.

Matériel: Différentes raquettes (de badminton, Goba, tennis de table, squash, etc.), objets non roulants (volant, footbag, pompons)

Source: Thomas Richard, chef de sport J+S Badminton, responsable J+S Sport des enfants / Gabriel Schelble, responsable Sport des enfants Swiss Badminton



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO