Frapper en zone fond puis replacement

Badminton • Collège 6e/5e • CA4

Objectif

Occuper le fond de court puis se replacer au centre

But

Valider 6 frappes fond+retour sur 8

Thème

Se placer au bon endroit pour frapper le volant et le renvoyer dans le terrain adverse

Organisation et rôles

Binôme: relanceur haut et joueur actif; inversion après 8 volants — 2 élèves, dont 2 en action et 0 observateurs.

Sécurité

Vérifier espace derrière la ligne, pas de collision

Consigne

Relance haute. Le joueur frappe fond de court et doit revenir au T avant la relance suivante. +1 si frappe valide + retour rapide.

Critères de réalisation

- Frappe haute au fond
- Transfert arrière avant
- Retour rapide au centre

Critère de réussite

≥ 6/8 frappes validées

Matériel

2 raquettes, 8 volants

Variables de différenciation

- Distance fond 4–6 m
- Volants 6–10
- Durée 2–3 min