

ENSEIGNER...

LE BADMINTON



Connaissances culturelles et techniques

Des racines lointaines et exotiques

Le badminton s'inscrit dans la lignée de pratiques très anciennes. C'est ainsi que le jeu de volant se pratique depuis des siècles en Chine (206 avant J-C.) avec le *ti-jian-zi*, un jeu où le volant était renvoyé avec le pied, ainsi que dans d'autres pays asiatiques (Corée, Vietnam, Malaisie...). Dès le XIVe siècle, on trouve aussi un jeu de volant au Japon avec l'emploi de battoirs. Battoirs utilisés également en Amérique du Nord par les tribus indiennes dont le jeu de volant constituait une des distractions préférées. Des traces de jeu de raquette avec des volants à plumes ont été aussi retrouvées Amérique centrale et latine, notamment chez les Incas qui jouaient à l'Indiaca.



La fillette au volant (J-S Chardin, 1740)

En Europe, un jeu prisé par toutes les classes sociales

En France, le jeu de volant se répand largement au sein de l'aristocratie où il est l'un des passe-temps privilégiés de François Ier qui joue au *Coquantin*, mais aussi de la marquise de Sévigné ou de Louis XIV. Ouvert aux femmes, c'est une pratique ludique et délassante. Au 18e siècle, le jeu de volant est recommandé par les pédagogues et philosophes en raison de ses vertus physiques. En Angleterre, le *battledore* (volant) and *shuttlecock* (raquette ou palette) est pratiqué depuis le Moyen-Âge.



Naissance indo-britannique du badminton moderne

Mais c'est à la fin du 19e siècle, en Inde, que le badminton moderne voit le jour, avec un rôle déterminant joué par les officiers britanniques qui modifient (introduction du filet) les caractéristiques d'un jeu de balle indigène, le *poona*, puis l'importent en Angleterre pour définitivement le codifier et l'institutionnaliser. La légende veut que le jeu soit né dans le château du Duc de Beaufort, situé à Badminton, une petite ville anglaise lors d'une soirée entre officiers anglais revenus des Indes qui utilisèrent un bouchon de champagne en guise de volant. En 1893, la fédération anglaise de badminton est créée avec l'officialisation des règles et le développement de rencontres internationales. En 1899, le premier *All-England Championships* (AEC) est organisé. Le jeu se développe également au Canada et aux États-Unis. En France, le badminton est introduit dans la ville du Havre en 1902. Les premiers championnats de France ont lieu à Dieppe en 1908.



Une institutionnalisation tardive

À l'issue de la première guerre mondiale, le badminton commence à sortir de sa confidentialité. L'Angleterre, puis l'Irlande et l'Écosse fournissent les grands champions de l'entre-deux guerres. L'activité s'étend également vers l'Europe du nord (Danemark) et l'Amérique du nord (Etats-Unis et Canada). Il faut toutefois patienter jusqu'en 1934 pour que neuf pays, dont la France, créent la fédération internationale (IBF).

La seconde guerre mondiale marque la fin de l'hégémonie britannique.

Alors que le Danemark domine l'Europe, l'Asie prend le pouvoir mondial.

En 1949, la Thomas Cup, véritable championnat du monde masculin par équipes, est créée. La Malaisie bat le Danemark. Au début des années 1960, l'Indonésie succède aux Malais avant que la Chine prenne le pouvoir mondial au début des années 1980. Pendant ce temps, la Coupe Uber voit le jour. Ce championnat du monde féminin par équipe sacre pour la première édition de 1957 les Etats-Unis qui partageront les succès avec le Japon avant de céder la place à la Chine au début des années 1980. Le championnat du monde individuel, qui regroupe cinq épreuves (simple hommes et femmes, double hommes et femmes, double mixte) est mis en place en 1977.

Malgré la multiplication et le succès des grandes compétitions internationales, la conquête des territoires asiatiques et un nombre croissant de pratiquants dans le monde, il faut toutefois attendre les Jeux de Barcelone en 1992 pour que ce jeu de raquette le plus rapide au monde devienne olympique.

En France, la Fédération Française de Badminton n'est créée qu'en 1979. Depuis, malgré une médiatisation et des infrastructures limitées, l'activité n'a cessé de se développer avec en 2020, 191 000 licenciés.



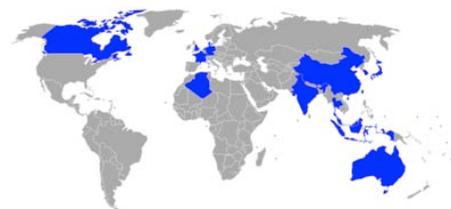
Champion(ne)s, compétitions

Les épreuves

Le badminton se pratique en simple messieurs, simple dames, double messieurs, double dames et double mixte.

Les compétitions majeures

- Les Jeux Olympiques se déroulent tous les quatre ans depuis 1992 (1996 pour le double mixte).
- Les championnats du monde existent depuis 1977 et ont lieu tous les ans (sauf les années olympiques).
- Les compétitions par équipes. La prestigieuse Thomas Cup est une compétition par équipes masculines qui a lieu tous les deux ans (années paires), en même temps que l'Uber Cup (par équipes féminines), alors que la Sudirman Cup créée en 1989 (équipes mixtes) se déroule tous les deux ans (années impaires).
- Les BWF World Tour. Depuis 2007, la FIB a créé un circuit qui regroupe chaque année les douze tournois les plus prestigieux (dont les Internationaux de France). Chaque tournoi est doté de manière identique pour les hommes et les femmes.
- Les championnats d'Europe, créés en 1968, se déroulent tous les ans (depuis 2017).



Pays participants à la Thomas Cup 2020



Pays participants à l'Uber Cup 2020

Les résultats

Compétitions

- Aux JO (1992-2016), toutes les médailles olympiques de badminton ont été remportées par des pays asiatiques (87%) ou européens (13%). Les badistes chinois dominent largement puisqu'ils ont gagné 39% des médailles disputées et surtout, ont remporté plus de la moitié des médailles d'or (18 sur 34). Aux JO de Londres 2012, les Chinois ont remporté les cinq titres mis en jeu.
- Aux championnats du monde (1977-2019), la Chine et l'Indonésie ont raflé près des trois-quarts des titres (71%). L'athlète le plus titré aux Championnats du monde est le chinois Lin Dan, avec cinq titres en simple messieurs entre 2006 et 2013. Chez les femmes, l'espagnole Carolina Marin a été sacrée à trois reprises.
- Les pays asiatiques ont remporté toutes les compétitions majeures par équipes (Sudirman Cup, Uber Cup ou Thomas Cup). Seul le Danemark, 8 fois finaliste, a tenté de briser cette hégémonie.
- Aux Championnats d'Europe, le Danemark est la plus grande nation européenne. En 2016, pour la première fois de son histoire, la France a grimpé sur le podium par équipes messieurs (2^e). Elle a renouvelé l'exploit en 2021 avec le double mixte (2^e).



Lin Dan (Chine)



Carolina Marin (Espagne)

Classements

- Début 2021, le numéro 1 mondial chez les garçons est le Japonais Momota qui devance les deux Danois Axelsen et Antonsen ; le meilleur joueur français est Brice Leverdez (35^e). Chez les filles, la Taïwanaise Tai devance la Chinoise Chen et l'Espagnole Marin ; la meilleure joueuse française est Xuefei Qi (38^e).

- En France, le classement est composé des séries N (National 1, 2, 3), R (Régional 4, 5, 6), D (Départemental 7, 8, 9) et P (Promotion, 1, 2, 3).

Le jeu de haut niveau

- Un match de haut niveau dure en moyenne 35', pour une durée réelle de jeu de 70% du temps global.
- Un point dure en moyenne entre 8 et 15'' avec en moyenne 8 frappes.
- Un joueur dispose de 1 à 1,2 seconde entre la frappe de l'adversaire et sa propre frappe.
- La distance parcourue lors d'un match est estimée à 5 kilomètres.
- La fréquence cardiaque moyenne au cours d'un match est de 173 battements par minute.
- Une joueuse réalise en moyenne 60 sauts significatifs et 175 fentes au cours d'un match.
- Enfin, la vitesse initiale du volant après la frappe peut atteindre près de 260 km/h (smash) pour décroître à 40 km/h après 10 mètres (le « record du monde » est de... 493 km/h !).

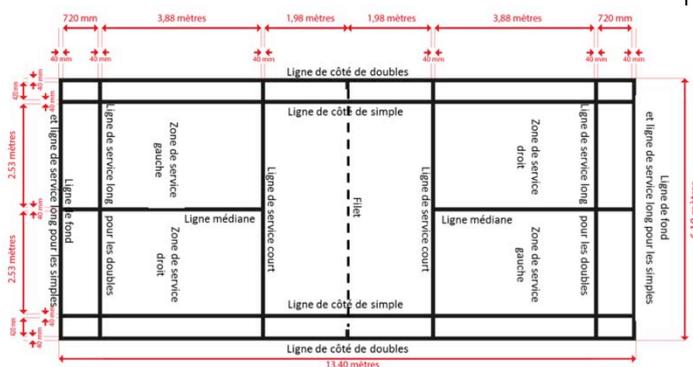
Règlement (BWF 2019)

Le terrain

Le terrain mesure 5,18 m de largeur (6,10 m en double) sur 13,40 m de longueur.

La ligne de service court est à 1,98 m du filet.

La hauteur du filet est de 1,55 m au niveau des poteaux et 1,52 m au milieu. Les lignes (40 mm de largeur) font partie de la zone qu'elles délimitent.



Le tirage au sort

Avant le début du match, l'équipe qui gagne le tirage au sort doit exercer son choix sur l'une des deux alternatives suivantes : servir ou recevoir en premier ; commencer le jeu sur l'un ou l'autre des demi-terrains.

Le score

- * Un match se joue en 2 sets gagnants de 21 points (pour toutes les catégories : hommes, dames, simples et doubles).
- * Quand le score atteint pour la première fois dans le set 11, les joueurs bénéficient d'un arrêt de 60 secondes.
- * À 20 égalité, le set est prolongé jusqu'à ce qu'il y ait 2 points d'écart. À 29 égalité, c'est le camp marquant le premier 30 qui gagne le set.
- * Les joueurs doivent changer de demi-terrain à la fin du premier set, à la fin du deuxième set (si 3e set) et dans le troisième set, lorsqu'une équipe atteint en premier 11 points.
- * (Arbitre) Toujours annoncer le score du serveur en premier.

Le service

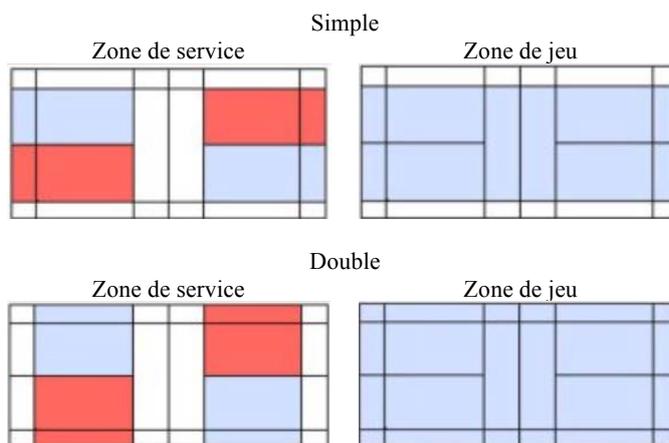
- * Le serveur et le receveur doivent avoir les pieds au sol, dans le carré de service (sans toucher les lignes).
- * La totalité du volant doit se trouver à moins de 1,15 m de la surface du terrain au moment où il est frappé par la raquette du serveur. S'il n'y a pas de système de mesure, le volant doit être frappé sous la taille (dernière côte) du serveur.
- * Le service est effectué en diagonale avec un mouvement continu vers l'avant et une trajectoire ascendante.
- * Le serveur sert de droite à gauche quand son score est pair et de gauche à droite quand son score est impair.
- * Si le volant touche le filet, le service est valable à condition qu'il tombe dans la zone de service.
- * Il y a faute si le serveur rate le volant (en essayant de servir, le serveur ne doit pas manquer le volant).

Le « service S »

La famille malaisienne Sidek possède la particularité d'avoir eu cinq de ses membres (tous frères) en équipe nationale. Outre une médaille olympique (1992), les frères Sidek se sont aussi fait connaître dans les années 1980 avec le « service S », un service où ce n'est pas le bouchon mais les plumes du volant qui étaient frappées. Ce qui rendait la trajectoire totalement imprévisible. Mais devant le tollé provoqué, la Fédération mondiale prohiba aussitôt ce service.

Les doubles

- * Le joueur de l'équipe au service sert de droite à gauche quand son score est pair et de gauche à droite quand son score est impair.
- * Le joueur de l'équipe à la réception qui a servi en dernier, doit rester dans la même zone de service d'où il avait servi en dernier. Le schéma inverse doit s'appliquer au partenaire de ce joueur.
- * Lors d'un échange, une fois le service renvoyé, le volant peut être frappé tour à tour par n'importe quel joueur de l'équipe au service puis par n'importe quel joueur de l'équipe à la réception, à partir de n'importe quel endroit du terrain de leur côté du filet, jusqu'à ce que le volant ne soit plus en jeu.
- * Si le côté au service gagne un échange, celui-ci



marque un point. Le serveur doit alors servir à nouveau à partir de l'autre zone de service.

- * Dans chaque set, le droit de servir doit passer successivement : 1) du serveur initial qui a commencé le set depuis la zone de service droite. 2) au partenaire du receveur initial. Le service doit être exécuté à partir de la zone de service gauche. 3) au partenaire du serveur initial. 4) au receveur initial. 5) au serveur initial et ainsi de suite.

Les fautes

- * Quand le joueur touche deux fois le volant.
- * Quand le volant touche le corps.
- * Quand un joueur porte le volant (ne le frappe pas).
- * Quand le joueur touche le filet avec sa raquette ou son corps.
- * Quand le joueur envahit le terrain adverse, par-dessus le filet, avec sa raquette ou une partie de son corps. Mais le

joueur a le droit de « suivre » le volant par-dessus le filet avec sa raquette, au cours de l'exécution d'un coup, lorsque le point de contact initial avec le volant a été du côté du filet où se trouve le joueur qui frappe le volant.

- * Quand il frappe le volant avant qu'il n'ait dépassé le filet.
- * Quand le volant touche le plafond.

Let

Lorsqu'un « let » se produit, le jeu depuis le dernier service ne compte pas et le joueur qui a servi en dernier, sert à nouveau. Il y a « let » si :

- * Le serveur sert avant que le receveur ne soit prêt.
- * Pendant l'échange, le volant se désintègre et la base se sépare complètement du reste du volant.
- * De l'avis de l'arbitre, le jeu est perturbé.
- * Un juge de ligne n'a pas pu voir le volant tomber et l'arbitre est dans l'impossibilité de prendre une décision.

Vocabulaire spécifique

- **Amorti (et contre-amorti)** : frappe de fond de court effectuée au-dessus de la tête, coude haut, où le volant est renvoyé juste derrière le filet grâce à un ralentissement très fort du geste au moment du contact avec le volant. L'adversaire ne perçoit pas avant si le coup est, ou non, smashé.

Contre-amorti : frappe effectuée en zone avant où le volant est renvoyé juste de l'autre côté du filet.

- **Armé** : préparation du geste qui consiste à dégager le coude du corps. L'armé peut être plus ou moins précoce (dès le début du déplacement ou pendant celui-ci). L'armé permet de mettre une tension dans le muscle pour un meilleur renvoi.

- **Badiste** : nom donné au joueur de badminton.

- **Carré de service** : zone dans laquelle le service doit atterrir.

- **Centre du jeu** : le centre du jeu, qui se différencie du centre géométrique du court, correspond au centre de la zone de retour probable du volant (par exemple, le volant est envoyé sur le côté, le centre du jeu se déplace sur ce même côté).

- **Contre-pied** : action qui consiste à envoyer le volant à l'endroit opposé au sens du déplacement ou du remplacement.

- **Coup gagnant** : coup qui permet de marquer le point.

- **Dégagé** : frappe de fond de court effectuée au-dessus de la tête, coude haut, où le volant est renvoyé haut et en fond de court (passer au-dessus de l'adversaire).

- **Drive** : frappe tendue effectuée au niveau du joueur (entre le buste et la tête).

- **Échange (ou point)** : phase de jeu qui débute par un service et se conclut par une faute ou un volant au sol.

- « **Faire un bois** » : frappe (autorisée) dans laquelle le volant touche le cadre de la raquette.

- **Feinte** : frappe dont la préparation vise à fausser la prise d'information adverse en vue de retarder son déplacement (exemple smash simulé, amorti réalisé).

- **Fixer** : bloquer l'adversaire dans une partie du terrain par une succession de coups joués au même endroit.

- **Let** : faute mineure du règlement, incident ou incertitude d'arbitrage qui conduit à rejouer l'échange.

- **Lignes brisées** : production de trajectoire obligeant l'adversaire à changer de direction entre son remplacement et son déplacement.

- **Mise à distance** : distance optimale qui sépare le plan vertical auquel appartient la trajectoire du volant, de l'axe vertical du corps du joueur.

- **Pied-frappe** : pose du pied synchronisée avec la frappe.

- **Position d'attente** : attitude stable et équilibrée du joueur lorsqu'il attend la frappe de l'adversaire avec les pieds situés sur une ligne

parallèle au filet, jambes fléchies, talons décollés du sol, raquette dirigée vers l'avant.

- **Position centrale (ou position médiane)** : emplacement situé au centre du court vers lequel la joueur tente de revenir après chaque coup.

- **Prise universelle** : tenue de raquette principale, le long du manche avec le pouce et l'index qui forment un V dans l'alignement de la tête de la raquette. Prise utilisée pour les frappes en coup droit (fond de court et service).

- **Rotation centrale** : mouvement consistant à effectuer une rotation de 180° selon l'axe longitudinal du corps qui permet la mobilisation successive de toutes les chaînes musculaires à partir des jambes jusque dans l'avant-bras. Pour un droitier, en fond de court pour une frappe haute, le pied arrière est le pied droit. Au moment de la frappe, la jambe droite passe énergiquement devant la jambe gauche.

- **Routine** : situation d'apprentissage basée sur la réalisation d'une suite de coups techniques imposés par l'entraîneur.

- **Rush / kill** : frappe d'attaque, sèche et décisive au filet.

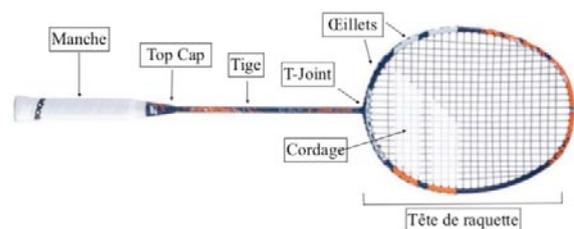
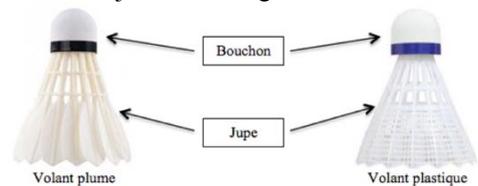
- **Saut de démarrage (ou reprise d'appui)** : petit sursaut qui permet à la réception de celui-ci d'effectuer un démarrage de course rapide.

- **Set** : le joueur remporte un set lorsqu'il marque 21 points (avec deux points d'écart ; maximum 30 points par set). Pour gagner le match, le joueur doit remporter 2 sets.

- **Smash** : frappe du fond de court effectuée coude haut, dont la trajectoire est descendante et très rapide.

- **Stratégie** : intention de jeu choisie par un joueur pour l'ensemble du match.

- **Tactique** : choix par un joueur des frappes et trajectoires au cours des échanges.



- **Toss (= lancer) / tirage au sort** : avant la rencontre, un tirage au sort a lieu entre les deux joueurs. Le gagnant a le choix entre deux alternatives : service (commencer à servir ou recevoir le service) ou terrain (choix d'un demi-terrain). Le perdant du tirage au sort a le choix sur l'alternative restante. Il est fréquent de placer le volant sur le bord du filet et de le laisser tomber. L'orientation du bouchon indique le vainqueur du tirage au sort.
- **Volant** : projectile que les joueurs se renvoient avec des raquettes. Il est composé d'une tête, demi-sphère généralement en liège et d'une jupe, empennage en plume (16 plumes) ou en matériau synthétique. Il pèse entre 4,74 g et 5,50 g. Il existe une vitesse réglementaire du volant (il doit retomber entre 5,30 m et 9,90 m après avoir été frappé).
- **Volume de jeu** : ce terme traduit le fait que l'espace de jeu en badminton doit être envisagé comme un cube qui peut être entièrement exploité grâce aux trajectoires spécifiques du volant (trajectoires non paraboliques).
- **Zone de divorce** : espace situé entre les deux partenaires lors d'un double. Un volant joué en zone de divorce peut engendrer une mésentente entre les joueurs.

Particularités du badminton

Le badminton est une activité duelle, médiée par une raquette et un volant. À l'instar des autres sports de raquettes, la difficulté consiste, au cours de la même action, à défendre son camp et attaquer le camp adverse. Il faut ainsi assurer la continuité du jeu pour soi et créer la rupture chez l'adversaire dans un contexte de confrontation émotionnelle important. Ce qui nécessite des prises d'informations multiples (sur le terrain, le volant et l'adversaire), dans une relative urgence temporelle (rapport de force). Les trajectoires freinées liées aux propriétés du volant, l'absence de rebond, l'interdiction de contrôle du volant et le jeu dans l'espace aérien qui nécessite un nouveau référentiel d'équilibre (indépendant du référentiel horizontal) sont autant d'éléments qui rendent complexe la maîtrise de cette situation d'anticipation - coïncidence.

La trajectoire du volant (trajectoire parachute)

Il faut d'abord évoquer la trajectoire spécifique du volant de badminton liée à sa jupe qui agit comme un parachute et qui provoque un freinage caractéristique avec une perte des 2/3 de la vitesse initiale. C'est ainsi que les trajectoires tombent brutalement dès lors que le volant n'a plus de vitesse (il n'y a pas de trajectoires paraboliques en badminton).



Par ailleurs, la trajectoire du volant de badminton se décline de manière spécifique selon 4 paramètres classiques :

- Sa direction : droite (plus courte et plus rapide, mais qui présente le risque d'un retour plus rapide) ou croisée (plus longue, mais avec un remplacement plus important pour l'adversaire).
- Sa forme : montante (donne plus de temps et offre des frappes au-dessus de la tête), plate (plus rapide, mais plus favorable aux coups d'interception ou de défense) ou descendante (la plus rapide).
- Sa longueur : longue, moyenne, courte.
- Sa nature : liée à la façon dont le tamis entre en contact avec le volant : franche (tamis vertical) ; piquée (tamis orienté vers le bas) ; coupée (tamis vertical, mais durant ce contact, le mouvement se poursuit pour « enrôler » le contact).

L'anticipation – coïncidence

La mise à distance du corps par rapport au volant constitue une condition première d'efficacité pour déclencher (anticipation) et réussir (rencontre ou coïncidence) des frappes efficaces. Cette acquisition, qui repose sur la mise en œuvre des « fonctions de localisation des objets dans l'espace » (J. Paillard, Itinéraire pour une psychophysiologie de l'action, 1986) nécessite une transformation du repérage du corps dans l'espace. Transformation qui consiste à passer « du corps référent au corps référé ». C'est-à-dire que le joueur ne doit plus situer le possible impact raquette – volant par rapport à son corps immobile, mais se déplacer par rapport à l'estimation du futur impact (qu'il doit anticiper) ; lequel devient le véritable élément de référence. En badminton, la mise à distance doit être envisagée en hauteur, sur le côté et dans la profondeur. Elle induit l'abandon de l'alignement de base œil / tamis / volant et nécessite également de prendre en compte l'écart qui sépare la main du tamis.

La pression temporelle et le rapport de force

La pression temporelle correspond à l'écart entre le temps dont dispose le joueur pour réaliser sa frappe (temps accordé) et le temps qu'il lui faudrait pour la réaliser correctement (temps requis). Toutefois, cette pression temporelle mesurée entre les frappes des deux adversaires, mérite plutôt d'être calculée entre les frappes d'un même joueur. En effet, la pression temporelle doit non prendre en compte le temps mis par le volant pour revenir dans le court adverse, mais aussi pour y aller. Un joueur « sous pression » peut ainsi diminuer celle-ci s'il joue haut et long.

Le rapport de force peut être défini par la comparaison entre les pressions temporelles subies par chaque joueur. Il peut être favorable, neutre ou défavorable en fonction de cette comparaison.

L'incertitude

La notion d'incertitude est liée à la probabilité d'occurrence d'un signal. En badminton, cette incertitude se décline sur trois registres :

- L'incertitude spatiale est liée à l'endroit où le volant va être envoyé.
- L'incertitude temporelle est liée au temps que va mettre le volant pour arriver depuis le demi-court adverse.
- L'incertitude événementielle est liée au type de coup qui va être joué (rôle des feintes).

Tactique

Le duel en badminton peut-être envisagé sous l'angle de l'évolution du rapport de force. Selon le moment de l'échange, celui-ci peut être favorable, neutre ou défavorable pour chacun des joueurs, sachant que ce rapport évolue perpétuellement et peut s'inverser très vite. De fait, la technique apparaît au service de l'intention technique

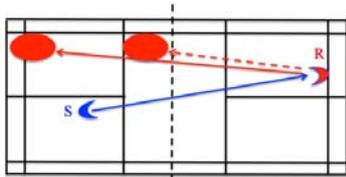
Retourner le service

Le service long permet de repousser l'adversaire au fond du terrain.

Service long pair

Le receveur renvoie prioritairement droit vers la zone du fond pour chercher le revers adverse et réduire le temps de vol du volant. La zone avant côté revers est aussi jouable, même si elle est plus difficile à trouver.

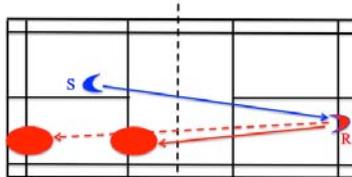
Par contre, il faut éviter la zone arrière côté serveur à cause du risque d'interception et de la distance importante à parcourir.



Service long impair

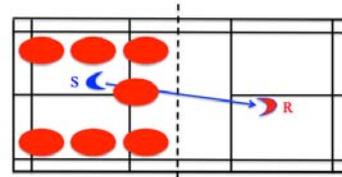
Le receveur joue droit dans la zone avant (la ligne droite est le chemin le plus court).

Toujours en jouant droit, la zone de fond est aussi jouable, mais il faut une vitesse de volant importante afin de prendre le serveur de vitesse car le volant arrivera sur son coup droit (risque d'interception).



Service long raté

Si le service long ne repousse pas assez le receveur, celui-ci se trouve alors en position très avantageuse pour finir le point ou au moins mettre son adversaire en difficulté. Il peut soit jouer loin du serveur (zones avant et arrière latérales), soit tenter de le prendre de vitesse (smash sur les côté ou sur le joueur).

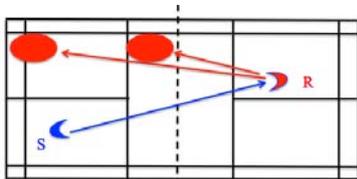


Le service court permet au serveur de récupérer le statut d'attaquant car il oblige le receveur à relever le volant.

Service court pair

Le receveur cherche à retourner le volant le plus loin possible du serveur sur son revers de manière à le mettre immédiatement sous pression.

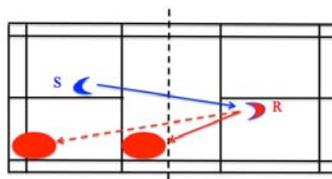
Il doit donc éviter de jouer sur la zone d'où vient le volant car le serveur serait alors sur son coup droit et tout près du volant.



Service court impair

Le receveur privilégie un retour droit dans la zone avant le long de ligne (retour droit).

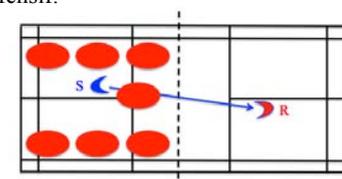
Il peut aussi jouer droit en zone arrière, mais son retour doit alors être rapide pour ne pas donner le temps au serveur de smasher.



Service court raté

- Sur un service court trop haut, le receveur peut prendre le volant en haut avec comme zones prioritaires les zones avant ou latérales (rush).

- Sur un service court trop long, si le receveur prend le volant au-dessous du niveau du filet, les zones du fond seront privilégiées par un coup tendu ou un lob offensif.



Entre deux frappes

Position d'attente

L'attitude générale adoptée en attendant la frappe de l'adversaire doit permettre d'agir rapidement dès que l'adversaire a joué le volant. Les jambes sont fléchies avec les pieds situés sur une ligne parallèle au filet et un écartement équivalent à la largeur du bassin. Le coude est vers l'avant, dégagé du corps pour intercepter au plus tôt le volant.

Les déplacements

Généralement, les déplacements commencent sur la base d'un sursaut d'allègement avec une reprise d'appuis simultanée qui permet d'orienter les appuis et d'amorcer très rapidement le déplacement dès la réception au sol.

- Les déplacements vers l'arrière s'effectuent le plus souvent en pas chassés, le torse perpendiculaire au filet, position avec laquelle le joueur doit frapper le volant, car cela facilite les changements de direction.

- Les déplacements vers l'avant se font le plus souvent en pas courus ou chassés, voire à l'aide d'une fente où le joueur se détend un maximum avec la raquette en avant.

- Si le déplacement doit se faire sur le côté, c'est qu'a priori le joueur doit effectuer un coup plat ou un smash. Le meilleur mode de déplacement est alors soit le pas chassé, soit un petit saut latéral.

Généralement, dans le cas où le déplacement se termine par une fente (grand pas), celle-ci se fait sur la jambe côté raquette avec un premier contact au sol qui se fait par le talon. La frappe s'effectue au moment de la pose de l'avant du pied (= pied frappe). La fente est utilisable au filet, à mi-court lorsque le volant est sur le côté ou au fond lorsque le volant est derrière le joueur.

Les replacements

Le plus souvent, le replacement s'effectue en course. Il commence dès que la frappe s'achève. L'objectif est de se replacer dans la partie centrale du terrain, en adaptant sa position selon le coup joué. Il faut en effet distinguer la zone de

remplacement théorique (1 m derrière la ligne de service) et le centre de jeu (zone probable de retour du volant compte tenu de l'endroit où frappe l'adversaire).

- Lorsque un joueur envoie un volant dans la zone adverse proche du filet, il a intérêt à s'avancer légèrement afin de pouvoir rattraper un éventuel contre-amorti. Sachant que dans le cas d'un lob adverse, la trajectoire montante lui laissera plus de temps pour reculer.

- Lorsque un joueur envoie un volant haut vers la zone arrière, il a intérêt à reculer légèrement pour pouvoir défendre en cas de smash

- Lorsque un joueur envoie un volant sur un côté, le centre de jeu se trouve alors légèrement décalé sur ce même côté.

- Lorsqu'un joueur effectue un smash, il a intérêt à avancer vers le filet pour défendre un volant qui risque d'être court.

Défendre lorsque le rapport de force est défavorable

Le joueur est en difficulté. Son but est de ne pas perdre l'échange tout en cherchant à rééquilibrer le rapport de force. Selon le déséquilibre dans le rapport de force, l'objectif sera de :

« Survivre »

La « survie » est une réponse d'urgence apportée par le joueur lorsqu'il n'a aucune autre alternative.

En premier lieu, le joueur cherche à tout faire pour entrer en contact avec le volant ; une faute de l'adversaire étant toujours possible ensuite.

Par ailleurs, si aucune technique particulière n'est utilisée (car aucun armé possible), le défenseur cherchera à croiser sa trajectoire pour créer un déplacement chez l'adversaire et bénéficier d'un gain de temps.

Se redonner du temps

Le but est de créer une rupture de rythme dans l'échange.

Afin de rééquilibrer le rapport de force, le joueur cherchera à produire des trajectoires longues et hautes afin de se donner du temps pour se repositionner. Ce qui oblige aussi l'adversaire à faire un grand déplacement s'il vient du filet (après un contre-amorti par exemple). Ce coup (lob ou dégagement défensif) peut toutefois être dangereux si l'adversaire possède un smash puissant.

Contre-attaquer

L'intention de contre-attaquer est basée sur l'opportunité offerte par une erreur de l'adversaire lors de son attaque : mauvais remplacement, manque de puissance ou de profondeur dans son coup... Il s'agit alors de contre-attaquer en produisant une trajectoire rapide et placée dans un espace libéré. Dans ce cas, il est préférable de privilégier les coups croisés afin que le point de chute du volant soit éloigné du point de remplacement logique de l'attaquant.

Attaquer lorsque le rapport de force est favorable

Le joueur est en position avantageuse. Son but est d'exploiter un rapport de force favorable en mettant l'adversaire en difficulté, sans se faire contre-attaquer. Pour cela, il peut :

Déborder (crise spatiale)

Cette intention est choisie lorsque l'adversaire éprouve des difficultés à se (re)placer. Dans cette optique, le joueur pourra :

- Alternier long-court et/ou droite gauche pour créer des espaces libres.

- Jouer dans les 4 coins du terrain pour s'ouvrir des espaces et fatiguer l'adversaire (mais attention, si le jeu croisé est plus efficace, le jeu droit est plus sûr et rapide).

- Jouer loin de l'adversaire en visant un espace libre grâce à un jeu placé et une grande vitesse de jeu.

- Fixer l'adversaire dans une zone du terrain en envoyant plusieurs fois de suite le volant au même endroit afin de pouvoir jouer dans un espace libre s'il ne se replace pas.

- Jouer droit si l'adversaire a ouvert ses angles. Renvoyer en face de soi si on reçoit une trajectoire croisée car cela oblige l'adversaire à un grand déplacement. Jouer croisé dans le cas contraire (mais attention alors au remplacement).

- Jouer proche des lignes pour « agrandir » la surface du terrain.

- Jouer sur le revers de l'adversaire, car l'amplitude du geste étant moindre, son coup risque d'être moins puissant. Et si l'adversaire contourne son revers, cela signifie qu'il ouvre son demi-court.

Agresser (crise temporelle)

Cette prise d'initiative repose sur une ou deux frappes tendues / descendantes laissant très peu de temps à l'adversaire pour se déplacer et préparer sa frappe. Dans cette optique, le joueur pourra :

- Utiliser des trajectoires tendues. Le drive, le smash constituent des armes qui réduisent le temps d'action de l'adversaire.

- Intercepter le volant le plus tôt possible. Que ce soit près du filet (kill, rush) ou au milieu du court (drive), l'objectif est de prendre de vitesse l'adversaire grâce à une frappe anticipée.

- Anticiper un remplacement rapide. Par exemple, après un smash, il est préférable d'avancer vers le filet pour se préparer à jouer un volant qui risque d'être court.

Surprendre (crise événementielle)

L'objectif est ici de perturber la prise d'information de manière à pouvoir ensuite conclure l'échange avec une attaque plus incisive. Dans cette optique, le joueur pourra :

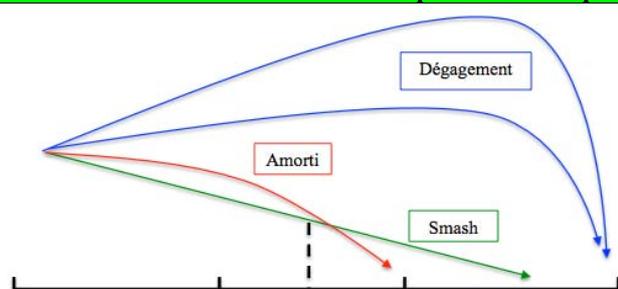
- Masquer ses coups et utiliser la feinte par des gestes au départ identiques (dégagement / amorti...).

- Varier le rythme du jeu : enchaîner les coups en variant la vitesse du volant.

- Jouer le contre-pied en envoyant le volant à l'endroit opposé au sens du remplacement de l'adversaire

- Jouer les lignes brisées en obligeant l'adversaire à effectuer un changement de direction entre son remplacement et son déplacement (ex : de avant droit à arrière droit car il faut repasser au centre puis changer de direction).

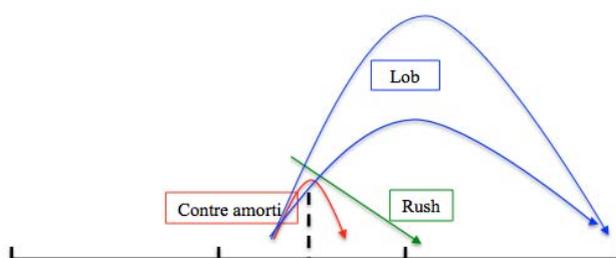
De la tactique à la technique (les principaux coups en scolaire)



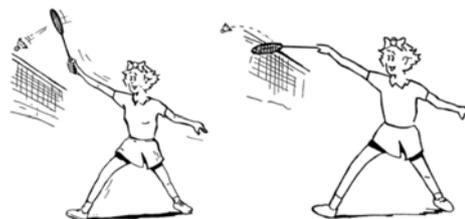
Jeu au fond de court



(Dessins joueurs : UFOLEP, FFBA. L'enfant et le badminton, 1997)

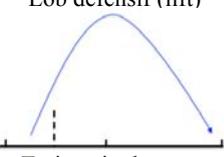
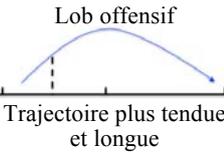
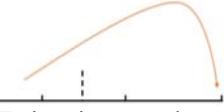


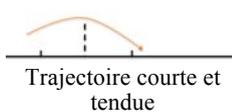
Jeu au filet



De la tactique à la technique (frappes de fond de court)

Coup	Intention tactique	Critères de réalisation
<p>Dégagement défensif</p> <p>Trajectoire haute et longue</p> <p>Dégagement offensif</p> <p>Trajectoire plus tendue et longue</p>	<p>- Le dégagement défensif, grâce à une trajectoire haute et profonde, constitue un coup de défense qui permet au joueur de se redonner du temps et de se replacer au milieu du terrain.</p> <p>- Le dégagement offensif se caractérise par une trajectoire plus tendue qui permet de déborder l'adversaire, tout en créant de l'espace sur l'avant de son court.</p>	<p>Préparation</p> <p>1 - Avant la frappe, se placer de profil, légèrement en arrière du volant avec les jambes fléchies (jambe avant opposée au bras frappeur). La main libre qui vise le volant, joue un rôle d'équilibration. Pied arrière ouvert.</p> <p>2 - Préparation coude dégaé vers l'arrière et le haut (favorise la mise en tension musculaire) avec le bras libre viseur (permet l'équilibration). Le joueur peut sentir la raquette effleurer son dos.</p> <p>Frappe</p> <p>3- Le mouvement débute par une poussée de la jambe arrière vers l'avant. Ce transfert du corps vers l'avant amène le bassin face au filet tout en entraînant un retard de l'épaule et du coude droit (donc un étirement de toute la chaîne musculaire entre le bassin et l'épaule).</p> <p>4 - La frappe du volant s'effectue bras tendu, légèrement devant la ligne d'épaule. À ce moment, la jambe arrière passe devant la jambe avant en pivotant autour du pied avant. Le geste se termine avec une rotation de l'avant-bras (mouvement de pronation) pour donner de la vitesse au volant.</p> <p>5 - Une fois la frappe effectuée, le pied arrière se retrouve devant le pied avant. Le bras termine naturellement son mouvement à gauche du corps.</p>
<p>Amorti de fond de court</p> <p>Trajectoire descendante</p>	<p>- L'amorti est un coup offensif dont l'objectif est d'envoyer le volant juste derrière le filet (après l'avoir franchi au ras).</p> <p>- L'amorti intervient généralement après une série de dégagements. Ce coup cherche à amener l'adversaire vers l'avant du court pour l'obliger à un grand déplacement, ou à conclure si l'espace est libre.</p>	<p>Préparation & frappe</p> <p>L'amorti a les mêmes caractéristiques que le dégagement (point 1, 2, 3). La principale différence concerne la vitesse de frappe.</p> <p>4 - La frappe du volant s'effectue bras tendu, légèrement devant la ligne d'épaule. À ce moment, la jambe arrière passe devant la jambe avant en pivotant autour du pied avant. Lors de la frappe, le geste est fortement freiné par un blocage du poignet.</p>
<p>Smash</p> <p>Trajectoire tendue et descendante</p>	<p>- Le smash est un coup offensif puissant dont l'objectif est de mettre l'adversaire en situation d'urgence temporelle. Il peut viser un espace libre ou le corps de l'adversaire.</p>	<p>Le smash a les mêmes caractéristiques que le dégagement et l'amorti. Les principales différences sont le point d'impact avec le volant et la vitesse d'exécution.</p> <p>Préparation & frappe</p> <p>4 - Avant le smash, il est important d'être placé nettement derrière le volant afin de le frapper devant l'épaule de frappe, en avançant dans le terrain grâce à une poussée très importante de la jambe arrière.</p> <p>5 - La vitesse d'exécution est également beaucoup plus élevée avec une flexion marquée du poignet qui permet d'accroître la trajectoire descendante du volant.</p>

De la tactique à la technique (frappes mi-court)		
Coup	Intention tactique	Critères de réalisation
<p>Drive</p>  <p>Trajectoire plate</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Le drive est un coup frappé latéralement, avec une trajectoire horizontale, qui permet d'exercer une pression sur l'adversaire. - Il est utilisé dans les situations neutres, lorsque le volant n'est ni assez haut pour être attaqué, ni assez bas pour déclencher une frappe défensive. 	<p>Le coup peut être réalisé en coup droit ou en revers</p> <p>Préparation</p> <p>1 - Pieds parallèles au filet, raquette devant soi (position d'attente). L'armé se fait <u>coude légèrement fléchi, avec une extension du poignet.</u></p> <p>Frappe</p> <p>3 - Frappe sèche du volant avec <u>appui sur le pied libre au moment de l'impact (= Pied Frappe).</u></p>
De la tactique à la technique (frappes au filet)		
Coup	Intention tactique	Critères de réalisation
<p>Rush (& Kill)</p>  <p>Trajectoire descendante</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Le rush (volant très près du filet) et le kill (volant nettement au-dessus du filet) sont des coups rapides et violents ayant pour but de contrer le volant au niveau du bord supérieur du filet pour de le faire rapidement descendre au sol. - Ils se jouent souvent après un contre-amorti lorsque le volant est encore au-dessus de la bande du filet. - Ces coups offensifs servent à prendre l'adversaire de vitesse. 	<p>Le coup peut être réalisé en coup droit ou en revers</p> <p>Préparation</p> <p>1 - <u>Prendre le volant tôt</u> pendant qu'il est encore au-dessus du filet.</p> <p>2 - Avoir le <u>tamis orienté vers le terrain adverse.</u></p> <p>3 - Utiliser une <u>prise en haut du grip qui ne doit pas être ferme</u> (coup de poignet) afin de réaliser un geste sec et court.</p> <p>Frappe</p> <p>3 - La frappe se réalise par une <u>extension de l'avant-bras</u> qui se termine par un coup de poignet (relâchement du poignet).</p> <p>4 - Le <u>tamis doit s'arrêter net</u> dès que le volant est touché (« frappe-rebond »).</p>
<p>Contre-amorti</p>  <p>Trajectoire en cloche</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Le contre-amorti est utilisé lorsque le joueur doit jouer le volant sous la bande du filet. C'est une réponse à un amorti. - L'objectif est de faire tomber le volant juste derrière le filet afin de contraindre l'adversaire à lever le volant et/ ou à créer des ouvertures en fond de court. 	<p>Le coup peut être réalisé en coup droit ou en revers</p> <p>Préparation</p> <p>1 - Prise relâchée, avec <u>tamis parallèle au sol.</u></p> <p>Frappe</p> <p>2 - Le point d'impact du volant doit être le <u>plus haut possible.</u></p> <p>3 - Buste droit, fente avec <u>pied frappe</u> (pose du pied au moment de l'impact). Bras libre équilibrateur.</p> <p>4 - <u>Arrêt du geste lors de l'impact</u> afin de donner une trajectoire en cloche au volant rasant le filet.</p>
<p>Lob défensif (lift)</p>  <p>Trajectoire haute et longue</p> <p>Lob offensif</p>  <p>Trajectoire plus tendue et longue</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Le lob (ou lift) est un coup défensif joué près du filet qui consiste à faire monter le volant très haut pour qu'il descende le plus verticalement possible sur la ligne de fond. L'objectif est de se redonner du temps et de faire faire un grand déplacement à l'adversaire si celui-ci est au filet (après un contre-amorti par exemple). - Le lob peut-être aussi offensif. Il se joue aussi du filet au fond du court, mais contrairement au lift, il s'agit de moins faire monter le volant de manière à prendre l'adversaire de vitesse. 	<p>Le coup peut être réalisé en coup droit ou en revers</p> <p>Préparation</p> <p>1 - Il ne faut pas serrer fermement le <u>grip</u> (prise souple). L'armé se fait avec une <u>extension du poignet.</u></p> <p>Frappe</p> <p>2 - Buste droit, fente avec <u>pied frappe</u> (pose du pied au moment de l'impact). Bras libre équilibrateur.</p> <p>3 - <u>Pronation explosive de l'avant-bras</u> (pour le coup droit) : vitesse d'exécution élevée</p> <p>4- <u>Serrer le manche</u> (passer de relâché à serrer)</p>
De la tactique à la technique (service)		
Au haut niveau, le service au badminton est rarement une arme. Au mieux, il s'agit d'un coup neutre, voire d'un coup faible.		
Coup	Intention tactique	Critères de réalisation
<p>Service long</p>  <p>Trajectoire haute, centrale et longue</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Le service long vise à repousser l'adversaire au fond de son terrain afin de réduire ses possibilités d'attaque. - La trajectoire parachute permet d'envoyer le volant dans le couloir du fond de façon à ce qu'il tombe verticalement, rendant ainsi le retour de service plus délicat. - Le service long près de la ligne médiane (trajectoire centrée) réduit l'angle de frappe du receveur. 	<p>Service coup droit</p> <p>Préparation</p> <p>1 - Se placer <u>de profil</u> à 1 m du T, avec le poids du corps sur la jambe arrière (pied opposé raquette à l'avant).</p> <p>2 - <u>Tenir le volant dans la main gauche</u> de telle sorte que si on le lâche, il tombe devant le pied avant.</p> <p>Frappe</p> <p>3 - <u>Armer la raquette vers l'arrière (poignet ouvert)</u>, puis, au moment où le bras frappeur est en extension maximale, lâcher le volant (celui-ci est tenu en pince pour éviter les oscillations).</p> <p>4 - <u>Faire passer le poids du corps de la jambe arrière sur la jambe avant</u> pendant que le bassin pivote pour venir face au filet.</p> <p>5 - La raquette effectue un mouvement circulaire pour fouetter le <u>volant (poignet « souple »)</u>. La main qui tient la raquette termine au dessus de l'épaule avant.</p>

<p>Service court</p>  <p>Trajectoire courte et tendue</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Le service court oblige l'adversaire à avancer et peut même le surprendre s'il est positionné dans sa zone arrière. - La trajectoire plongeante et au ras du filet oblige le récepteur à relever le volant, donnant ainsi au serveur l'opportunité d'attaquer. - Le service court empêche les retours smashés. 	<p>Préparation (service revers)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 – Se placer <u> pieds parallèles à la ligne de service</u>. 2 – Utiliser la <u> prise de raquette revers</u>, très courte afin de garder un maximum de précision. 3 - Servir <u> coude haut en avant du corps</u> (le volant est placé largement en avant du corps avec le bras gauche presque tendu). <p>Frappe</p> <ol style="list-style-type: none"> 4 - La frappe se résume à une <u> extension de l'avant-bras vers l'avant</u>. Le <u> poignet est bloqué</u> et le coup poussé. 5 - Pour que le service passe juste au dessus du filet, il faut <u> incliner le volant</u> (plus le volant est orienté verticalement, plus le service va monter) et le <u> tamis</u> (plus le tamis est orienté vers le haut, plus le volant va monter). 6 - Après l'impact, dans l'optique de raser le filet avec le volant, le geste se termine plus vers l'avant que vers le haut (bras tendu avec relâchement du poignet).
--	--	--

Stratégie

La stratégie correspond à l'intention choisie sur l'ensemble du match (usure, accélération...). Elle se distingue de la tactique qui correspond aux intentions successives utilisées lors des échanges (jouer haut et long pour se donner du temps après une attaque de l'adversaire). Les stratégies les plus courantes en badminton sont :

Frapper	Agresser l'adversaire en le mettant en crise de temps grâce à un jeu basé sur des trajectoires tendues (kill, drive, smash) qui laissent peu de temps pour renvoyer le volant.
Placer	Chercher à fatiguer l'adversaire ou l'obliger à jouer en déséquilibre en le déplaçant aux 4 coins du terrain, en le fixant dans une zone pour l'obliger à des déplacements successifs.
Surprendre	Jouer en fonction des déplacements de l'adversaire (contre-pied, lignes brisées) pour l'obliger à des changements de direction dans ses courses. Feinter les coups (un amorti à la place d'un dégagé) ou varier le rythme des frappes pour introduire de l'incertitude dans le coup joué.
Jouer sur le point faible (et/ou sur son point fort)	Jouer sur le point faible de l'adversaire ou dans des zones de faiblesse (revers).
Résister, user, contre-attaquer	Faire durer l'échange grâce à un coup fort de dégagement ou à la supériorité de son potentiel physique jusqu'à ce que l'adversaire commette une faute ou qu'une occasion d'attaque se présente pour renverser le rapport de force.

