

•
A.P.S.A : *BADMINTON*

Compétences propres à l'APSA enseignée :

Activité duelle distante à espaces séparés et médiées par un volant nécessitant des qualités d'anticipation et de précision pour le frapper avec une raquette

Compétences transversales principalement développées :

- Savoir résoudre des problèmes et prendre des décisions
- Savoir communiquer efficacement et être habile dans les relations interpersonnelles
- Avoir une pensée créatrice et critique
- Avoir conscience de soi et de l'empathie pour les autres
- Savoir gérer son stress et ses émotions

COMPETENCES à CONSTRUIRE : durée du cycle = 24h, soit 12 x 2h (pratique et théorie).

Attitude : gérer la double contrainte d'attaquer le camp adverse tout en défendant le sien.

Capacités et ressources motrices : Améliorer sa motricité (technique) pour la rendre compatible avec les tactiques de jeu spécifiques de l'activité afin d'augmenter les possibilités de créer un déséquilibre en sa faveur en vue de conclure le point.

Connaissances : Respecter les règles communes permettant un jeu équitable. Connaître les observables permettant d'identifier si une technique est bien réalisée ou non. Connaître les bases tactiques des échanges en simple et en double (relations espace/temps). Identifier les points forts et les points faibles dans mon jeu et dans celui de l'adversaire et les combiner pour optimiser sa probabilité de remporter le plus d'échanges.

CONSIGNES DE SECURITE DONNEES

Echauffement indispensable, adapté aux conditions du jour.

EVALUATION

Théorique : écrit d'1h30 en fin de semestre sur tout ce qui a été dit et vu en cours

Pratique : techniques spécifiques du badminton (coups techniques), placement et déplacement en simple et en double, optimisation de la tactique en situation de match, performance en match de simple.