

# OPTION SPORTIVE BADMINTON



*Ensemble, révélons  
ta vraie nature !*



# Puissance, techniques et tactiques



Pratique du jeu  
en simple ou en double.  
Accessible aux filles  
et garçons.

OPTION  
PAYANTE

## Contenu de la formation

- Préparer le jeune à acquérir les capacités spécifiques au badminton (appuis dynamiques et vitesse de déplacement).
- Techniques individuelles, tactique et stratégie sont travaillées à chaque séance pour aider l'élève à améliorer son niveau de jeu.
- Participations aux compétitions UGSEL pendant les 3 années en tant que joueur, arbitre (Niveau départemental, régional et national).

## Évaluation à l'examen

- L'option Badminton est évaluée en CCF (contrôle en cours de formation) en fin de terminale pour les élèves en Bac Professionnel et en contrôle continu pour les élèves en Bac Techno et Général.

# Un **VRAI +** dans sa formation de lycéen



## **Modalités de mise en œuvre**

- Séances : 2 heures par semaine sur 3 ans

## **Inscription**

- Engagement pris lors de l'inscription dans l'établissement
- Engagement pris pour la durée de la formation.  
L'interruption de l'option ne peut se faire qu'à l'issue de la classe de seconde.

## **Classes concernées**

- Formation enseignement général et professionnel, en fonction des places disponibles (hors collège).

## **Le matériel nécessaire :**

Nous vous conseillons d'attendre la 1<sup>ère</sup> séance dans le cadre d'un achat

- Raquette de badminton.
- Chaussures de salle.

# 3 AXES DE DÉVELOPPEMENTS, NIVEAUX DE COMPÉTENCES, OBJECTIFS



## 1 Un objectif à court terme : Pratiquer

- Découverte et/ou approfondissement de l'activité.
- Améliorer la connaissance de soi.


## 2 Un objectif à moyen terme : Se spécialiser


- Spécialisation dans l'activité.
- Devenir autonome dans sa propre pratique (échauffement, récupération...).
- Se fixer des objectifs et mettre les moyens pour y arriver.


## 3 Un objectif à long terme : S'impliquer et gérer

- Être capable de s'impliquer et de pratiquer l'activité au-delà du lycée (club, écoles sup...).
- Être capable de prendre en charge une partie de l'entraînement et de coacher les plus jeunes.

 **Lycée BRIACÉ**  
44430 Le Landreau

 **Lycée BRIACÉ**  
44150 Ancenis- Saint-Géréon

 02 40 06 43 33

 [lycee@briace.org](mailto:lycee@briace.org)

 [www.briace.com](http://www.briace.com)

**Retrouvez notre actualité sur les réseaux sociaux**

 @lyceebriace  @lyceebriace  #lycéebriacé  groupebriacé