

Badminton

Speed badminton

Public : filles et garçons - **CM1 et CM2**

Jour : lundi

Nombre de séances : 31 séances de 115 minutes (14h05 à 16h)

Coût annuel : 360 euros (matériel inclus)



Objectifs :

- Initier les enfants à la pratique du badminton et du speed badminton dans un esprit convivial et à travers le plaisir de jouer ensemble.
- Leur faire découvrir les règles de ces sports ainsi que les techniques de frappe et de déplacement.
- Valoriser l'esprit sportif et développer le respect de l'adversaire et de soi-même.
- Responsabiliser les enfants (à travers l'arbitrage et la gestion du matériel).

Qu'est-ce que le speed badminton :

- Le speed badminton est une variante « fun » du badminton qui se pratique sans filet, avec un volant plus lourd qu'un volant de badminton et une raquette un peu plus courte.

Contenu des séances :

- Jeux coopératifs et exercices de coordination (jonglage, diabolo, jeux d'équilibre...) en guise d'échauffement, exercices spécifiques de badminton et speed badminton, matches.

Intervenant : Sébastien Fraleux

- Diplôme d'animateur de club de badminton et entraîneur de club pendant 2 ans en France.
- Animateur de l'atelier badminton à l'école primaire du LJR depuis 2015/2016.
- BPJEPS APT (Brevet Professionnel de la Jeunesse, de l'Éducation Populaire et du Sport – Activités Physiques pour Tous) en cours de validation

Contact : sebastien.fraleux@yahoo.fr

