

BILAN STAGE PROJET JEUNES DÉTECTES MARS 2025



4/5 mars 2025 Voiron



Ligue Auvergne-Rhône-Alpes
de **Badminton**



FFBAD
Fédération Française
de Badminton

PJD MARS 2025

HORAIRES

- **Début** : Mardi 4 mars à 9h au Gymnase de Chirens : 30 Rte de Bonpertuis, 38850 Chirens

RDV au gymnase de Chirens (en cas de problème ou retard : 07.62.76.80.23)

- **Fin** : Mercredi 5 mars à 17h (Gymnase de Chirens)

EFFECTIF

Voici la liste des joueurs convoqués pour ce stage :

- **Poussin 0**

Robin ZHENG (CUC-63)
Chloé AI (BACO-69)
Sacha CUKIERMAN - INVITE

- **Poussin 2**

Grichka VEYSSEYRE (VDD-63) *
Kevin AI (BACO-69)
Olin UCEDA (BAB-73)
Gabin MARION (SCPGBAD-42)
Hugo SIRAMY (MBC-03)
Margaux LAISSARD (CBC-69)
Elise MOUREY (BCT-38)
Chahyne MADFAI (BCHT-07)

- **Benjamin 1**

Mael SEGHI (CBV-38) *
Morgan NEVERS (CBC-69) *
Jean ROBERT (ABBC-42)*
Titouan GERBOT (SCPGABAD-42)
Célia BOLZICCO (BACO-69)
Gaetan PREMOSELLI (BACLY-69)*
Léna GRANGE (ABBC-42) *
Valentin DESCOMBES (LVF-74)
Inès GUERIMAND (BCBP-26)

- **Poussin 1**

Lucien ROBERT (ABBC-42) *
Tess CUKIERMAN (GAB-38) *
Benjamin BROSSARD (MBC-03)
Lina KANG (BACLY-69)
Alex CREPIEUX (CBR-42)
Timothée ZILLIOX (BACO-69)
Emilie THOMAS (CBC-69)
Liu Kaili GIMENEZ (BACC-73)

En vert les jeunes ayant confirmés leur participation



18 Garçons



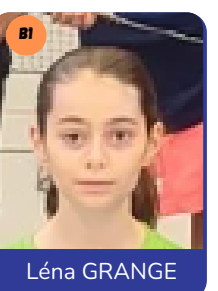
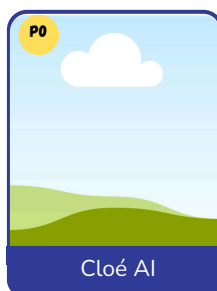
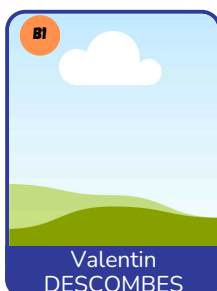
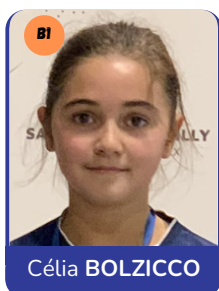
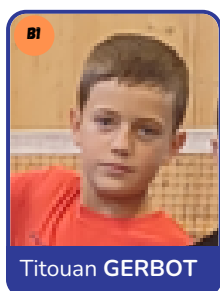
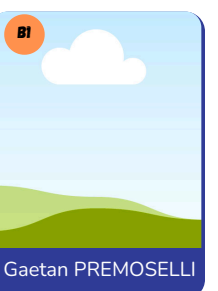
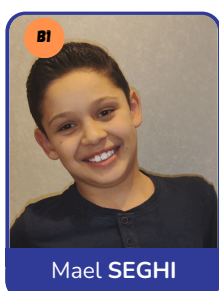
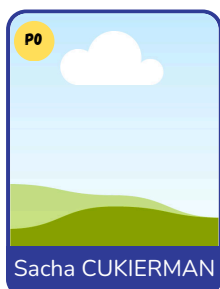
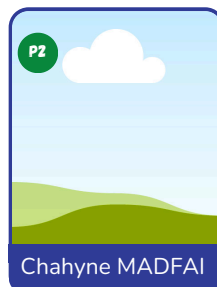
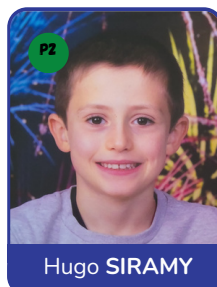
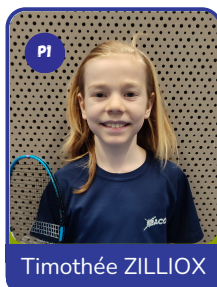
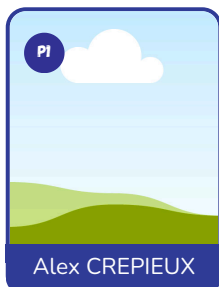
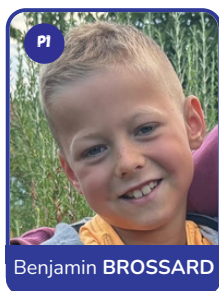
10 filles

- **Encadrants**



*Les joueurs étant intégrés au PJD sont représentés par une *, les autres ont un statut d'invités*

TROMBINOSCOPE



PJD MARS 2025

VALEURS

INVESTISSEMENT



ESSAYER



PLAISIR



S'ADAPTER



INCONFORT



OBJECTIFS

TECHNIQUE



MANIABILITE

TACTIQUE



INTENTIONS EN DOUBLE
SERVICE / RETOUR : 1/3

MENTAL



CAPACITE A TRAVAILLER
QUALITATIVEMENT

PHYSIQUE



DEPASSEMENT DE SOI /
TRANSFORMATION

ENCADRANTS



Thomas BELIARD
Ligue AURA



Etienne LE BAS
Chassieu



PM BAUDOIN
Annecy



Cédric BOUVIER
Stagiaire DEJEPS



Stagiaire DEJEPS
Dorian DUPLAN



Stagiaire DEJEPS
Thomas DATTERO



Stagiaire DEJEPS
Jason CASTELLA



Stagiaire DEJEPS
Ombeline SAINT-OYANT



Stagiaire DEJEPS
Nathan DEMARE

TEST PHYSIQUE



Minimum 20 doubles tours

PARCOURS DU COMBATTANT



Parcours du combattant

PJD MARS 2025

OBJECTIFS DU STAGE

La thématique du stage est le double, c'est un support pour développer des qualités de main (**accélérer / ralentir / orienter / contrôler**) un volant dans un espace proche et des intentions en lien avec des enchaînements et des zones.

TECHNIQUE

Maniabilité

- Etre capable d'armer fort sur le coup suivant sur changement de prise
- Passer de main basse à main haute
- Revers vers le coup droit

↳ Disponibilité appuis : enchaînement en étant équilibré

Notion de
Frappe Paire
Enchaînement

TACTIQUE

- Etre capable de s'organiser en paire, et de s'adapter sur le jeu sans volant
- Passer de la réaction à la pro-activité : soutenir / suivre mon partenaire

↳ **Observable : est ce que son partenaire se déplace en conséquence**

- Etre capable d'identifier l'absence de jeu sans volant pour l'exploiter
- Comment déstabiliser l'organisation de la paire adverse

IDEES

- Service / Retour (Enchaînement 1/3) : privilégier de renforcer la recherche de solutions vis à vis des contraintes qu'ils rencontrent à cet âge là
- Vigilance sur la capacité des plus jeunes à effectuer des retours de services qualitatifs

MISSIONS TACTIQUES

- Service court : pression filet pour permettre à mon partenaire d'attaquer
- Pousser au fond puis défense gagnante
- Enchaîner une défense courte et frappe main haute

PJD MARS 2025

THEME DU STAGE : LE DOUBLE

MARDI 4 MARS 2025



REVEIL



7H00

PETIT-DEJEUNER



7H15

DEPART EN MINIBUS



8H00

DEBUT DE SEANCE



8H30

ECHAUFFEMENT



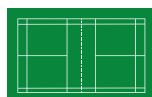
20 min

SEANCE 1 : 9h00 - 10h30

GRUPE 1 :



12 Joueurs



4 Terrains



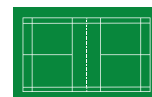
4 Coachs
PM + Etienne + Thomas *2

FOCUS : Intégrer intentions de double + renforcer mania / RS avec notion de geste court

GRUPE 2 :



12 Joueurs



3 Terrains + salle de motricité



Stagiaires DEJEPS

FOCUS : Travail de déplacement spécifique double + travail raquette hors terrain + attitudes

SEANCE 2 : 10h30 -12h00



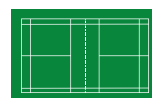
INVERSER LES GROUPES

SEANCE 3 : 14h30-16h00

GRUPE 1 :



12 Joueurs



4 Terrains



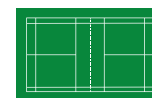
4 Coachs
PM + Etienne + Thomas *2

FOCUS : Aborder la notion de Service / Retour : 1/3, initier aux zones à jouer : INTENTIONS

GRUPE 2 :



12 Joueurs



3 Terrains + salle de motricité



Stagiaires DEJEPS

FOCUS : Entraînement Corde à sauter + Gammes orientées double : apprendre à s'entraîner : rigueur / exigence

SEANCE 4 : 16h-17h30



INVERSER LES GROUPES

PJD MARS 2025

THEME DU STAGE : LE DOUBLE

MERCREDI 5 MARS 2025

Géré par
Etienne +
Thomas

REVEIL



7H00

PETIT-DEJEUNER



7H15

DEPART EN MINIBUS



8H00

DEBUT DE SEANCE



8H30

ECHAUFFEMENT



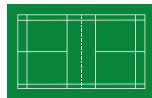
20 min

SEANCE 5 : 9h00 - 10h30

GRUPE 1 :



12 Joueurs



4 Terrains



4 Coachs

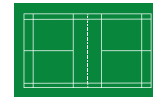
PM + Etienne + Thomas *2

FOCUS : Adaptation situations contraintes en double

GRUPE 2 :



12 Joueurs



3 Terrains + salle de motricité



Stagiaires DEJEPS

FOCUS : Test corde à sauter + Parcours du combattant + Gammes

SEANCE 6 : 10h30 -12h00



INVERSER LES GROUPE

SEANCE 7 : 14h30-16h00

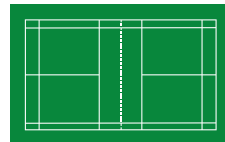
GRUPE 1 + GRUPE 2



Prise de vidéos par les stagiaires DEJEPS



26 Joueurs



7 Terrains



4 Coachs

PM + Etienne + Thomas *2

FOCUS : Matches à thèmes avec contraintes (matériel utilisé / Zones de jeu / règles...)
Notion de DUEL

PJD MARS 2025

OBSERVATIONS

28 jeunes présents sur ce stage, avec un niveau hétérogène, une sélection plus restreinte sera proposée à Pâques avec 14 Jeunes présents

TECHNIQUE

La maniabilité a été au cœur des apprentissages sur ce stage, tant sur la main basse que sur la main haute. Les prises de raquettes sont encore à corriger pour de nombreux jeunes, des gestes parasites ne permettant pas de traverser le volant sont à gommer. Au niveau moteur, renforcer la motricité spécifique badminton, notamment sur le pied frappe en zone avant (avec la notion de pied rebond) en insistant sur l'équilibre.

MENTAL

L'INTENSITÉ ET LA RIGUEUR SONT À RENFORCER SUR LES SÉANCES D'ENTRAÎNEMENTS

Les jeunes ont l'habitude de réaliser des séquences longues et peu qualitatives, privilégier de l'intensité sur de courtes périodes avec un niveau de qualité en critère de continuité. De nombreux jeunes ont des difficultés à gérer les émotions. Nous observons des jeunes qui fuient la difficulté, veiller à les maintenir dans des situations de recherche de solutions (en situation d'apprentissage).

Physique

Un test de double tours à la corde à sauter à été réalisé :

- les jeunes progressent fortement sur les doubles tours
- 4 jeunes dépassent les 100 doubles tours en 2 min
- 3 jeunes ne maîtrisent pas du tout la corde à sauter
- **MINIMUM À ATTEINDRE : 30 DOUBLE TOURS**
- Inclure davantage la corde à sauter aux entraînements du quotidien



Des vidéos sur les séquences travaillées sont disponibles sur la chaîne youtube

Tactique

LES INTENTIONS SONT À CRÉER SUR TOUTES LES FRAPPES (DÈS LE SERVICE), INCITER LES JOUEURS À RÉFLÉCHIR EN AMONT DE LEUR RÉALISATIONS, ET LES FAIRE VERBALISER SUR LEUR CHOIX.

Sur l'enchaînement 1/3 et 2/4 en double, favoriser des enchaînements avec des joueurs acteurs suite à leur mises en jeu ou leur retours.

Insister sur les positions de service / retour, équilibre, orientation de la raquette.

LE PROCHAIN STAGE SE DÉROULERA À VOIRON LES 22/23 AVRIL 2025