

Observation du jeu : l'exemple du badminton

Autor(en): **Dolder, Martin**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Macolin : revue mensuelle de l'École fédérale de sport de Macolin et Jeunesse + Sport**

Band (Jahr): **52 (1995)**

Heft 9

PDF erstellt am: **08.08.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-997850>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.



Observation du jeu

L'exemple du badminton

Martin Dolder

Traduction: Dominique Müller

L'observation et l'analyse des compétitions font partie des tâches essentielles qui incombent au joueur et à l'entraîneur. En effet, les compétitions offrent des conditions idéales pour récolter des informations en retour sur le travail accompli pendant l'entraînement ainsi que des points de repère pour réorienter le jeu durant l'entraînement ou la compétition.

Bien évidemment, l'entraîneur analysera la compétition sous un angle tout à fait différent que le joueur qui est dans le feu de l'action.

L'observation par l'entraîneur

Pour observer un tournoi, l'entraîneur tient compte des trois points suivants:

- la tactique/la technique
- la condition physique
- le mental

leur ordre étant sans importance.

Pour chacun des trois points, il dresse un double profil du joueur basé sur ses qualités et ses défauts. S'il est engagé comme coach dans une compétition, il procède également à l'analyse minutieuse du jeu de l'adversaire.

Tactique

La tactique fait l'objet d'une analyse quantitative et qualitative. Il s'agit de répertorier:

- les coups qui font marquer des points;
- les coups qui génèrent des fautes;
- la fréquence à laquelle les volants sont envoyés dans telle partie précise du terrain.

Exemple: le joueur dégage depuis l'angle arrière gauche par un dégagement en revers, qui atteint la ligne de fond, mais qui est toujours anticipé par l'adversaire.

Les techniques de frappe et de course n'entrent en considération qu'au moment où l'entraîneur constate qu'une tactique échoue ou qu'elle n'est pas suffisamment efficace. L'entraîneur com-

pare ensuite l'action de son joueur avec le mouvement typique idéal pour réaliser tel coup ou tel style de course.

Exemple: le dégagement est-il conforme à la suite de mouvements ci-après: pas en avant/ rotation du bassin/ coude levé? Les différences avec ce schéma idéal seront considérées comme des lacunes.

Condition physique

L'évaluation de la condition physique porte sur quatre critères principaux, à savoir:

- les qualités de coordination
- la force
- la vitesse
- l'endurance

Le joueur est-il capable de différencier les mouvements, de réagir, de s'orienter dans l'espace, de maintenir son équilibre

Martin Dolder est expert J+S, membre de la commission sportive et formateur dans les cours d'experts. Entraîneur auprès du BC Lucerne, il prépare également un doctorat à l'Institut de germanistique. Pour son article, il a consulté ses collègues Thomas Stulz, de Berne, et Thomas Richard, de Lucerne, tous deux experts J+S Badminton.

ou d'exécuter ses mouvements à des rythmes différents? La musculature du tronc et des jambes d'un joueur de badminton doit être bien développée. D'après l'exécution du *pas tombé* au filet, l'entraîneur peut déceler si le joueur a suffisamment de force dans les cuisses et les épaules pour intercepter le volant en haut du filet. La rapidité d'un joueur se révèle par exemple à sa manière de se déplacer vers l'avant/vers l'arrière du terrain, tandis que l'endurance se mesure plutôt à la faculté de récupération entre les échanges de volants.

Mental

1^{re} phase:

L'entraîneur juge l'état psychique du joueur à la «qualité» de l'excitation (voir *schéma*). Il doit être capable d'estimer à quel niveau le joueur se situe sur la courbe de performance: si celui-ci est déconcentré et démotivé, cela signifie qu'il n'a pas l'énergie suffisante pour accomplir une performance optimale. Par contre s'il fait preuve d'une attitude précipitée, autocritique ou prend de trop grands risques, c'est parce qu'il investit une trop grande énergie physique dans son jeu. Le joueur est-il capable de se relaxer rapidement et de mobiliser sciemment sa concentration?

2^e phase:

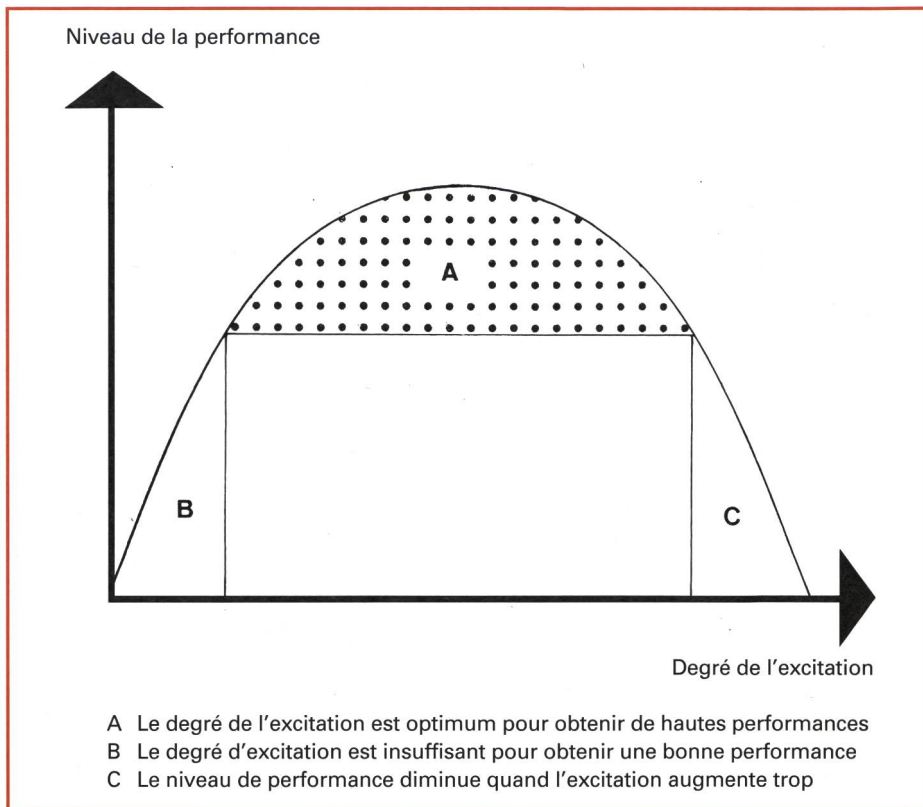
L'entraîneur analyse ensuite les facteurs susceptibles d'influencer le mental du joueur. S'agit-il de facteurs extérieurs, par exemple la salle, le public, ou de facteurs intérieurs, comme les attentes projetées par le joueur?

Evaluation

L'entraîneur classe ensuite les informations récoltées dans les trois champs d'investigation susmentionnés (tactique/technique-condition physique-mental) en deux catégories distinctes:

- les informations qui influencent l'entraînement à long terme;
- celles qui entraînent des modifications immédiates dans le comportement du joueur en compétition.

Les règlements de badminton autorisent l'entraîneur à communiquer au joueur des informations ciblées avant et après la compétition, ainsi que pendant les cinq minutes de pause intercalées entre le deuxième et le troisième set. A ce moment précis, l'entraîneur ne devrait transmettre que des informations rapidement «assimilables» par le joueur, c'est-à-dire qu'il peut comprendre et transposer rapidement. Les directives que le joueur se dicte à lui-même seront simples et positives. *Exemple:* «Je joue mes smashes précisément le long de la ligne; j'intercepte le volant dans l'angle



Sources: Peter Terry, «Mental zum Sieg», p. 105. Munich 1990.

arrière gauche en coup droit; je m'accorde davantage de temps entre les échanges; je me concentre uniquement sur le prochain échange.»

L'observation par le joueur

L'information en retour que le joueur reçoit de son entraîneur, donc de quelqu'un d'extérieur (extrinsèque), est certainement très précieuse, mais elle est

souvent livrée trop tard. Ainsi, lorsqu'un tournoi est perdu en deux sets, l'entraîneur n'a pas la possibilité de communiquer les informations appropriées à son joueur. C'est pourquoi l'observation du jeu par le joueur lui-même est décisive.

«D'ailleurs il faut éviter, en ce qui concerne l'autonomie, qu'il ne se produise une trop grande dépendance du joueur vis-à-vis des informations en retour extrinsèques, car il pourrait se produire ceci: privé de ces informations, le joueur



risque de s'exposer à des contre-performances.» (Joseph *Wiemeyer*, *Hilf mir Trainer!*, *Leistungssport* [1/95], pp. 51 à 52.)

Le joueur doit apprendre à déceler et à interpréter les informations intrinsèques, qui sont capitales pour affronter une compétition en toute autonomie.

«Le système sensori-moteur est apte à reconnaître, sans l'apport d'informations extérieures, mais en se basant sur ces mécanismes internes de comparaison, si le mouvement exécuté est correct, c'est-à-dire conforme au mouvement planifié et attendu.» (*Wiemeyer*, p.51)

Représentation des objectifs

Avant d'exécuter un mouvement, le joueur se concentrera sur les objectifs qu'il s'est fixés. Ces objectifs lui serviront de valeur de référence pour les informations en retour intrinsèques (internes). Il devra donc être attentif à ses propres actions, mais savoir aussi interpréter celles de son adversaire. Comme le fait l'entraîneur, il analysera à son tour la compétition selon les trois aspects de la tactique/technique, la condition physique et le mental. *Exemple*: «Mon smash réussi sur la ligne m'a valu des points; je suis

très sûr de mon coup droit amorti; aujourd'hui, j'arrive à jouer à un rythme soutenu; cette compétition est un formidable exercice.» Il est bien sûr impossible, pour le joueur, de saisir toutes les informations dans le feu de l'action. Chaque situation de jeu impose une information prioritaire que le joueur doit évaluer avec objectivité et intégrer dans sa prochaine compétition.

Adversaire

Pour analyser le jeu de son adversaire, la meilleure solution consiste à poser des questions. Chaque volant frappé sciemment le joueur obtient obligatoirement une réponse. Pour formuler cette question, le joueur s'inspire de ses propres points forts mais aussi des points qu'il suppose faibles chez son adversaire. *Exemple*: «Je me demande comment mon adversaire va recevoir le puissant smash que je lui ai infligé. Comment réagit-il à un drive envoyé dans l'angle arrière?» Les informations ainsi récoltées sont réutilisées sous forme d'hypothèses. Le joueur s'attend à ce que son adversaire reproduise les mêmes gestes dans une situation analogue.

Les phrases clés que le joueur se répète pour le tournoi doivent être courtes et percutantes. Le joueur peut se livrer à des réflexions sur le service, les échanges de volants et les pauses. *Exemple*: «Je vais introduire le service court; j'attaque avec un smash sur la ligne; je ne prévois que des pauses courtes.»

Autonomie

L'autonomie du joueur, qui est décisive en badminton, sera aussi exercée pendant l'entraînement. Les mouvements et les résultats sont d'abord évalués par le joueur lui-même; le rôle de l'entraîneur consiste alors à enrichir constamment ces informations intrinsèques. Pour ce travail, le recours à des enregistrements vidéo s'avère très utile. L'information en retour livrée par l'entraîneur apparaît ainsi plus objective et le joueur comprend mieux les analyses de son entraîneur.

Quant à l'interprétation des informations intrinsèques, exercée durant l'entraînement, elle permettra aussi au joueur de définir facilement ses priorités durant la compétition et d'adopter une tactique adéquate qui le mènera au succès. ■

Votre spécialiste pour l'aménagement de:

Salles de gymnastique – Terrains de sport – Courts de tennis – Piscines

Nous vous conseillons tout particulièrement, si vous envisagez l'installation d'une **fosse de réception à cylindres mousse!** Notre nouveau système – déjà installé dans plusieurs salles – a fait ses preuves, surtout en gymnastique artistique!

Contactez-nous pour demander notre documentation spéciale ou pour fixer une date avec notre technicien spécialiste en vue d'une visite prochaine!

huspo

HUSPO Peter E. Huber SA
Bahnhofstrasse 10 · 8304 Wallisellen
Tél. 01 830 01 24 · Fax 01 830 15 67

