



Tournoi scolaire

Description des postes

«IT'S SHUTTLE TIME»

Services précis



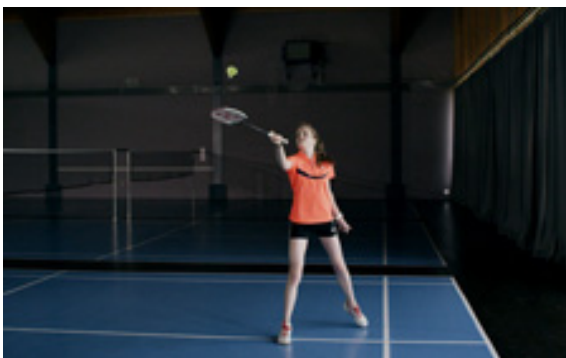
→ [Vidéo](#)

Tâche: D'une distance d'environ deux mètres, viser une cible (chariot de matériel par ex.) pour y loger le volant.

But/Temps: Marquer le plus de points en 30 secondes.

Organisation: Le joueur A vise la cible, le joueur B compte le nombre de réussites. Inverser les rôles.
Deux passages: entraînement et concours.

Jonglage



→ [Vidéo](#)

- Tâche:** Faire rebondir le volant sur la raquette, alternativement en coup droit et en revers (jongler).
- But/Temps:** Jongler le plus grand nombre de fois durant 30 secondes, chaque contact avec le tamis compte. Si le volant tombe sur le sol, le ramasser et poursuivre le décompte.
- Organisation:** Le joueur A jongle, le joueur B compte.
Inverser les rôles.
Deux passages: entraînement et concours.

En équilibre



→ [Vidéo](#)

- Tâche:** S'asseoir (ou se coucher) puis se relever en maintenant le volant en équilibre sur la raquette.
- But/Temps:** S'asseoir (fesses en contact avec le sol) ou se coucher (tête posée sur le sol), puis se relever (jambes tendues) le plus grand nombre de fois en 30 secondes.
- Organisation:** Le joueur A effectue la tâche, le joueur B compte. Inverser les rôles.
Deux passages: entraînement et concours.

Stand de tir



→ [Vidéo](#)

Tâche: D'une distance d'environ deux mètres, viser des boîtes (boîtes de volants) avec le volant et la raquette.

But/Temps: Abattre le plus grand nombre de boîtes durant 30 secondes.

Organisation: Le joueur A vise les boîtes, le joueur B compte les points. Inverser les rôles.
Deux passages: entraînement et concours.

Transport de volants



→ [Vidéo](#)

- Tâche:** Effectuer le plus rapidement possible un parcours avec le volant en équilibre sur la raquette. Si le volant tombe, le ramasser, reculer de deux pas et repartir avec le volant sur la raquette. Qui est le plus rapide?
- Organisation:** Le joueur A et le joueur B s'affrontent simultanément. Installer deux parcours parallèles.
- Parcours:** Slalom avec des obstacles (franchir un banc, contourner un cerceau, passer par-dessus un caisson, etc.).

Passes au mur



Tâche: D'une distance d'environ deux mètres, jouer le volant contre la paroi, en continu. Si le volant tombe, le ramasser et continuer le décompte.

But/Temps: Réussir le plus grand nombre de passes contre le mur durant 30 secondes.

Organisation: Le joueur A effectue la tâche, le joueur B compte les passes contre le mur. Inverser les rôles.

Deux passages: entraînement et concours.

Test de réaction



Tâche: Le joueur A se tient debout à environ trois mètres du joueur B, bras tendus vers l'avant, avec une balle de tennis dans chaque main. Il lâche une des deux balles. B essaie de la rattraper avant le second impact au sol, en effectuant un pas en avant (fente avant).

But/ Temps: Rattraper le plus grand nombre possible de balles sur dix essais.

Organisation: Le joueur A lâche les balles, le joueur B les rattrape. Inverser les rôles.
Deux passages: entraînement et concours.