



**BADMINTON**

## **Les 5 conseils aux parents**

Développez le fair-play : que votre enfant apprenne à évoluer dans le respect des adversaires et des règles du jeu.

N'acceptez pas de mauvais comportements sur et en dehors du terrain.

Respecter l'entraîneur, les dirigeants, les autres joueurs.

Soyez positif : félicitez-le lorsqu'il a un bon comportement sans pour autant le glorifier exagérément

Votre enfant a le droit de ne pas être un champion, ne lui fixez pas un objectif trop élevé et ne comparez pas ses performances avec celles de ses camarades.

**Merci d'appliquer ces règles de base pour engager une belle saison**



## **Le Guide du jeune Joueur**



### **LEFOREST BADMINTON**

06 63 51 38 48  
06 61 47 29 74  
mail : leforestbad@gmail.com

[leforestbadminton62.fr](http://leforestbadminton62.fr)

## Comment bien préparer mon sac de sport



- Maillot, short, chaussettes
- Baskets
- Bouteille d'eau / Goûter

## Comment bien s'entraîner

### Progresser :

Quand ton entraîneur te fait jouer différents exercices c'est pour que tu puisses connaître tes points forts, travailler tes points faibles mais aussi pour que tu progresses dans tous les secteurs du jeu.

- Sois présent à chaque entraînement
- Suis les conseils de ton entraîneur
- Prends soin du matériel mis à ta disposition
- Sois fier de tes progrès



Quelque soit ton niveau l'important est de progresser en suivant les directives de ton entraîneur.

## Comment bien vivre ma séance

- Arriver à l'heure demandée aux entraînements encadrés pour avoir le temps de te préparer et d'écouter les conseils.
- Respecter les règles du jeu
- Etre honnête et fair-play
- Jouer pour t'amuser

## Les 3 principes sur le terrain de la vie

- Prendre plaisir, progresser et s'épanouir grâce au badminton
- Découvrir, apprendre et respecter les règles du jeu et de vie
- Jouer en appréciant et en respectant les autres

## Le rôle des parents

### Accompagner votre enfant :

- Participer aux manifestations de la saison du club
- Prendre part aux transports des jeunes
- Faire bénéficier le club de vos compétences ou de vos relations

### Créer un lien avec la famille badminton :

Dialoguer avec les dirigeants, les bénévoles, les entraîneurs, rien de tel que vous tenir au courant de la progression de votre enfant et de la vie du club.

