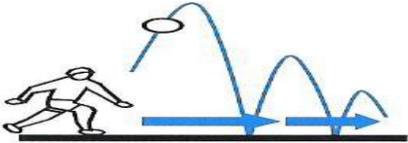
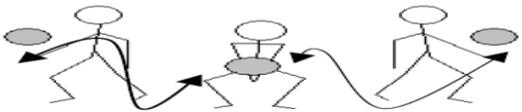
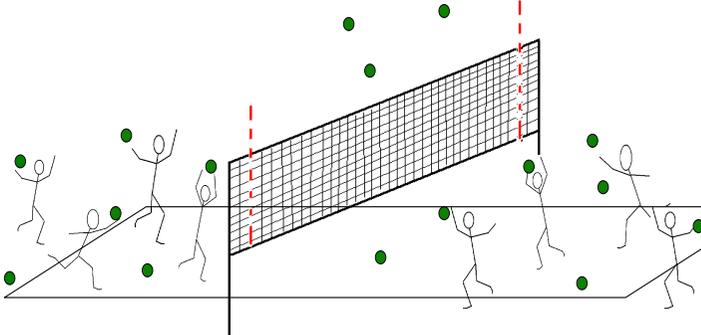


## Séance 3 : DECOUVERTE DE LA PASSE BASSE

(Voir Fiche technique « la Manchette »)

SITUATIONS OBJECTIFS	DISPOSITIF	CONSIGNES	CRITERES DE REUSSITE
<p><b>ECHAUFFEMENT</b></p> <p>Eveiller la réceptivité des enfants</p>	<div style="text-align: center;">  </div> <p><u>Dispositif</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• les enfants sont répartis sur l'ensemble de l'espace de la salle.</li> <li>• 1 ballon pour 2</li> </ul> <p><u>Durée</u> : situation de 5-10 minutes</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Envoyer le ballon en l'air.</li> <li>• Laisser rebondir le ballon puis passer dessous entre chaque rebond sans toucher la balle.</li> </ul> <p>Un élève travaille, l'autre compte le nombre de contacts</p> <p>EVOLUTIONS POSSIBLES :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Passer chacun son tour dessous le ballon</li> <li>• Passer les 2 en même temps</li> </ul>	<p>Passer dessous le plus de fois possible sans toucher la balle</p>
<p><b>MANIPULATION</b></p> <p>Etre adroit avec le ballon Coordonner ses mouvements</p>	<div style="text-align: center;">  </div> <p><u>Dispositif</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• les enfants sont répartis sur l'ensemble de l'espace de la salle.</li> <li>• 1 ballon pour 2</li> </ul> <p><u>Durée</u> : situation de 10-15 minutes</p>	<p>Utilisation de la « bague chinoise » Faire le maximum de frappe de balle avec l'avant-bras</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tendre un bras</li> <li>• Ouvrir la main : paume vers le ciel</li> <li>• Rabattre le pouce ; fermer le poing</li> </ul> <p>Un élève travaille, l'autre compte le nombre de contacts.</p> <p>EVOLUTIONS POSSIBLES :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Avec ou sans rebond</li> <li>• Alternier bras gauche/bras droit</li> <li>• Accrocher les mains pour former un plateau</li> </ul>	<p>10 jonglages consécutifs, sans bloquer la balle</p>
<p>S'organiser à plusieurs pour occuper et défendre l'espace.</p> <p>Coopérer pour attaquer le terrain adverse.</p>	<div style="text-align: center;">  </div> <p><b>Les Balles Brûlantes</b></p> <p><u>Dispositif</u> : terrain de volley (18 x 6 m) <u>Matériel</u> : environ un ballon par joueur. <u>Nombres de joueurs</u> : 3-4 équipes de 6-7 joueurs. <u>Durée</u> : séquences de 3 min</p>	<p><u>But du jeu</u> : avoir dans son camp moins de balles que l'équipe adverse à la fin du temps imparti.</p> <p><u>Règles</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• rester dans son camp, renvoyer les balles par-dessus le filet, au signal on arrête de lancer.</li> <li>• Utiliser les frappes Hautes et /ou basses</li> </ul> <p>EVOLUTIONS POSSIBLES :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• interdire les déplacements avec la balle (encourage donc la coopération)</li> <li>• varier la hauteur du filet et/ou la taille ou la forme de l'espace de jeu</li> </ul>	<p>L'équipe qui a le moins de balles dans son camp à la fin du temps imparti, a gagné.</p>