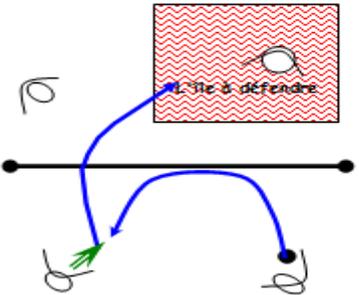
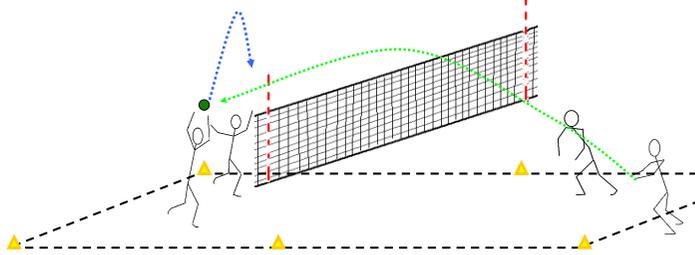


Séance 7 : S'opposer pour défendre

SITUATIONS OBJECTIFS	DISPOSITIF	CONSIGNES	CRITERES DE REUSSITE
<p>ECHAUFFEMENT</p> <p>produire des trajectoires précises</p>	<p style="text-align: center;">Contrôle à 2</p>  <p><i>Dispositif</i> : les enfants sont dans un ½ terrain <i>Durée</i> : situation de 5-10 minutes</p>	<p>Se faire des échanges en utilisant :</p> <ul style="list-style-type: none"> • La frappe haute • La frappe basse • La frappe à 1 main 	<p>Enchaîner 10 frappes chacun sans faire tomber le ballon</p>
<p>Défendre sa cible</p>	<p style="text-align: center;">L'attaque de l'île</p>  <p><i>Dispositif</i> : terrain de 4x8 m, L'île : zone de 2-3m x 2-3m <i>Nombre de joueurs</i> : 2 équipes de 2 joueurs. <i>Durée</i> : 10 à 20 min.</p>	<p>Le joueur, sur une passe de son partenaire, frappe la balle pour toucher "l'île". Le défenseur empêche le ballon de tomber dans "l'île" en le frappant en direction de son partenaire qui bloque</p> <p>Les deux équipes attaquent chacune leur tour leurs 5 ballons. tous les 5 ballons les équipes changent de statut (défenseur/attaquant) et les joueurs changent de rôle à chaque rotation (passeur. attaquant. défenseur et bloqueur)</p> <p>Evolutions Possibles :</p> <ul style="list-style-type: none"> • ajouter des cibles (tracer au sol). • éloigner le passeur du filet. • initier l'attaque (frappe à une main en sautant). 	<p>Le défenseur défend son île au moins 3 ballons sur 5.</p>
<p>MONTEE-DESCENTE</p> <p>S'organiser à deux pour occuper, défendre l'espace et attaquer</p>	<p style="text-align: center;">Match 2 contre 2</p>  <p><i>Dispositif</i> : 1/3 terrain de volley, 2 camps de 3-5 m x 9 m <i>Matériel</i> : un ballon par terrain. <i>Nombre de joueurs</i> : équipes de deux. <i>Durée</i> : manches de 5 min ou en 10 à 15 points</p>	<p>Battre l'équipe adverse en marquant plus de points.</p> <p>Règles :</p> <ul style="list-style-type: none"> renvoyer la balle par-dessus le filet. engagement de l'échange, en lançant du milieu du terrain ou service cuillère le joueur a le droit d'attraper la balle. interdiction de se déplacer avec la balle. 	<p>L'équipe marque un point lorsque le ballon touche le sol du terrain adverse ou lorsque l'adversaire l'a envoyé à l'extérieur des limites du terrain.</p>