

**COOPÉRATION, contrôler la direction de la balle
afin d'améliorer la régularité dans les échanges**

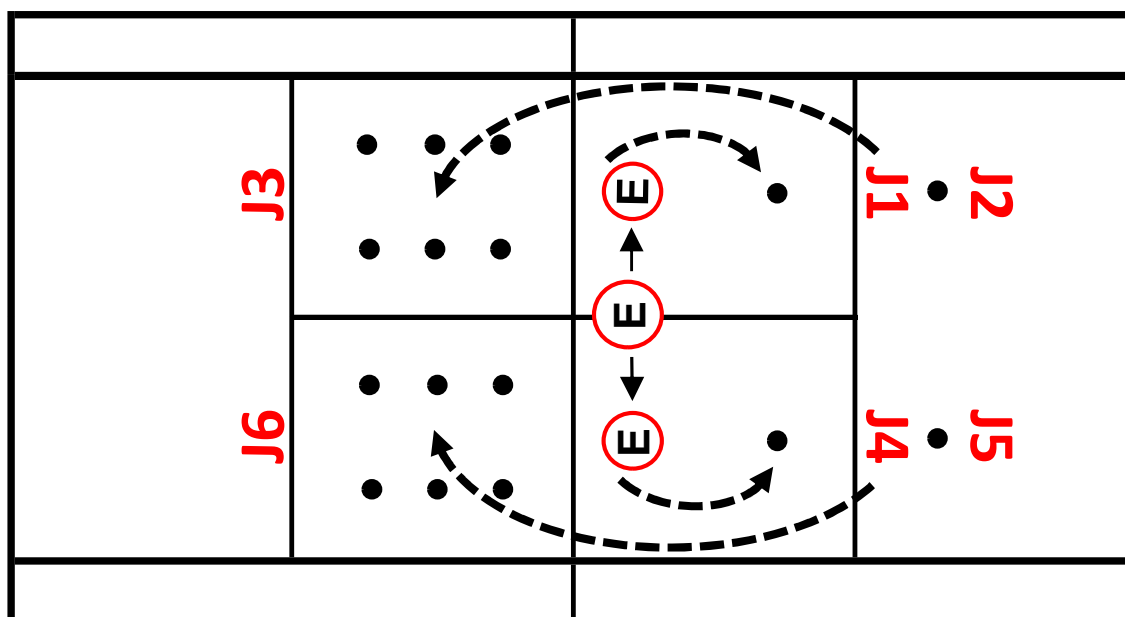


TEMPS : 20 minutes (ABM) – Coup droit ou revers

POINTS D'ENSEIGNEMENT

Synthèse : *Placer pieds et épaules en direction de la cible et frapper la balle en direction de la cible (corridor frappe).*

EXERCICE



Envoi :

L'enseignant envoie une balle au coup droit ou au revers de J1. Suite à l'envoi à J1, l'enseignant fera un envoi à J4.

Projection :

J1 retourne la balle à l'intérieur de la cible au sol et J3 doit freiner la balle, la laisser bondir une fois au sol et l'attraper avec sa main libre ou l'immobiliser dans sa raquette.

Mobilité :

Suite à son coup, J1 doit laisser sa place à J2.

Système de pointage :

Le trio récolte 1 point lorsque les joueurs réussissent leur séquence (J1 frapper la balle à l'intérieur de la cible et J3 freiner la balle, laisser bondir la balle une fois au sol et l'attraper avec sa main libre ou l'immobiliser dans sa raquette).

Rotation :

Après 10 minutes, changer les trios.