

TACTIQUE, lors de la réception d'un lob, apprendre à varier le jeu lorsque les adversaires sont au filet

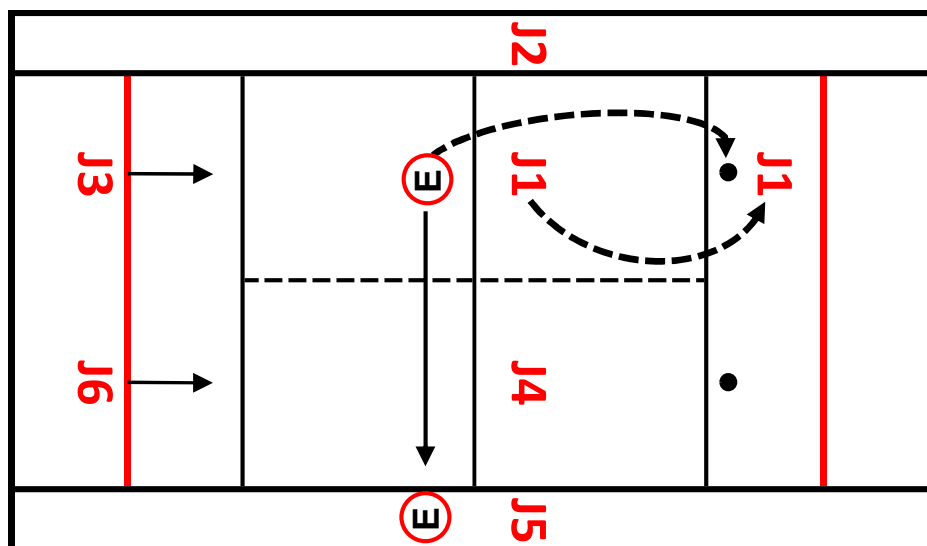


TEMPS : 20 minutes (ABM) – Coup droit ou revers

POINTS D'ENSEIGNEMENT

Synthèse : *Tourner les épaules, courir avec un tracé en demi-lune et frapper la balle de l'autre côté du filet.*

EXERCICE



Envoi :

L'enseignant envoie un lob (angle supérieur à 45 degrés) au-dessus de la tête de J1. À la fin du point, l'enseignant fera l'envoi à J4.

Projection :

J1 recule en tracé de demi-lune, retourne un lob ou une balle directe (selon la réaction de J3-J6) et J1-J4 joue le point face à J3-J6.

Mobilité :

Suite à la séquence des 2 points disputés (l'envoi à J1 et l'envoi à J4), J1-J4 laissent la place à J2-J5. Suite à l'envoi du lob par l'enseignant, J3 et J6 ont l'option de demeurer à leur position initiale ou d'avancer au filet.

Système de pointage :

L'équipe qui remporte une séquence de 2 points consécutifs va remplacer l'équipe seule.

Considérations (au besoin) :

- lors de la course arrière, rappeler aux élèves le tracé en demi-lune afin d'augmenter les chances de réussite et éviter de recevoir la balle dans le dos.