

**TACTIQUE, apprendre à varier le jeu**  
**Lorsque les adversaires sont au filet**

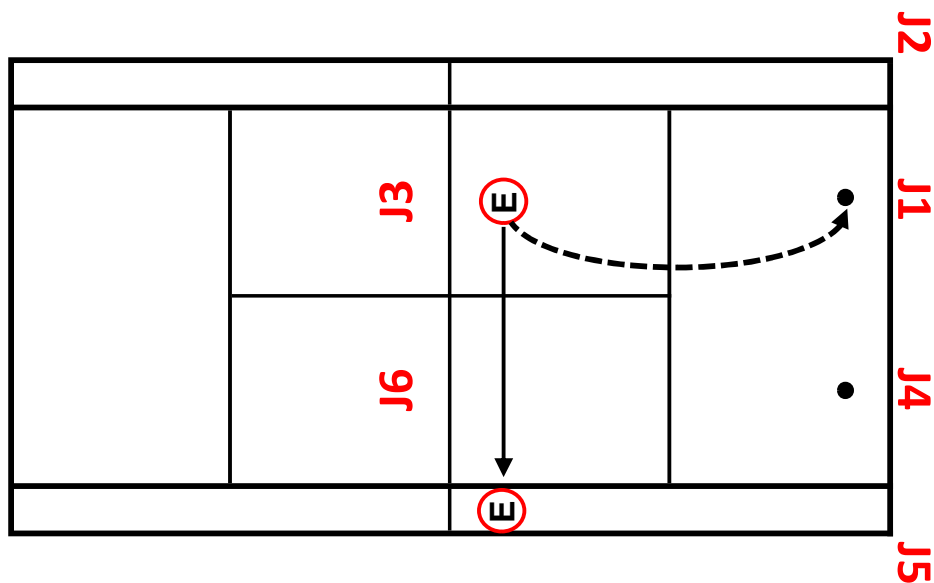


**TEMPS : 20 minutes (ABM) – Coup droit, revers**

**POINTS D'ENSEIGNEMENT**

**Synthèse :** *Préparer le corps (tourner épaules) et raquette, reculer de côté et frapper la balle avec la participation du corps (rotation hanches et épaules).*

**EXERCICE**



<b>Envoi :</b>	L'enseignant envoie une balle longue au coup droit ou au revers de J1. À la fin du point, l'enseignant fera l'envoi à J4.
<b>Projection :</b>	J1 retourne la balle (lob ou balle directe) et J1-J4 jouent le point face à J3-J6.
<b>Mobilité :</b>	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.
<b>Système de pointage :</b>	L'équipe qui remporte une séquence de 2 points consécutifs va remplacer l'équipe seule.

<b>Considérations (au besoin) :</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>lors d'une réception d'une balle longue ou courte, rappeler aux élèves l'importance de frapper la balle dans la zone de confort.</li> </ul>
-------------------------------------	--