

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

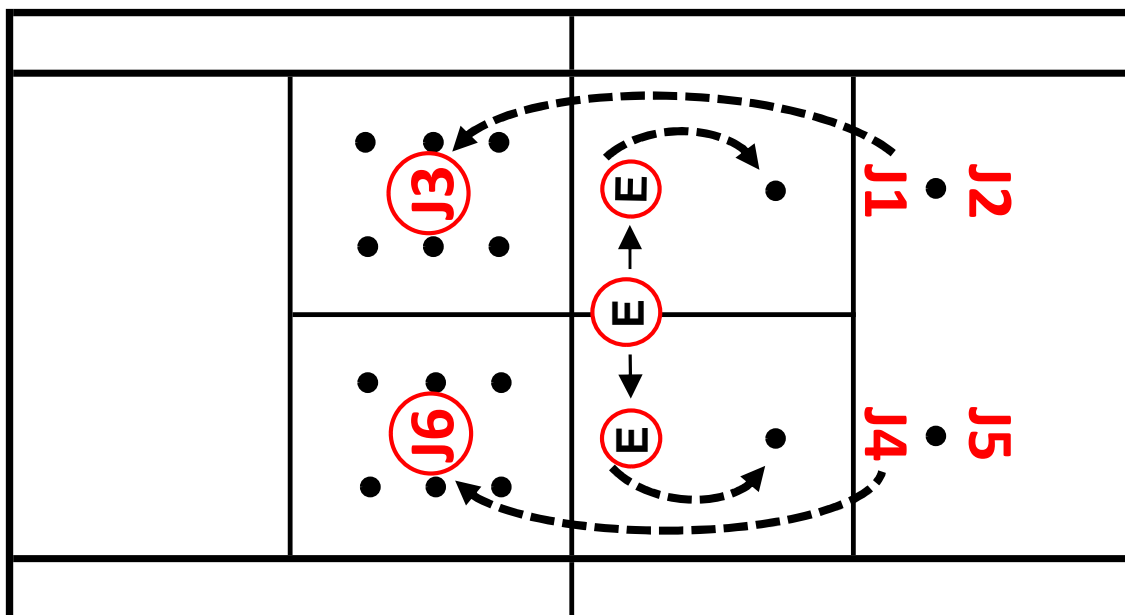


TEMPS : 20 minutes (ABM) – Coup droit ou revers

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 : | En partant en position d'attente, J1 retourne la balle à l'intérieur de la cible au sol. Partant au centre du terrain, J3 doit se déplacer de côté et laisser pénétrer la balle à l'intérieur du cerceau. |
| 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 à l'intérieur de la cible et J3 reculer de côté et faire pénétrer la balle à l'intérieur du cerceau). Partie de 10 points. |
| Rotation : | Après 10 minutes, changer les trios. |