

COOPÉRATION, contrôle de la direction
afin de favoriser la régularité dans les échanges



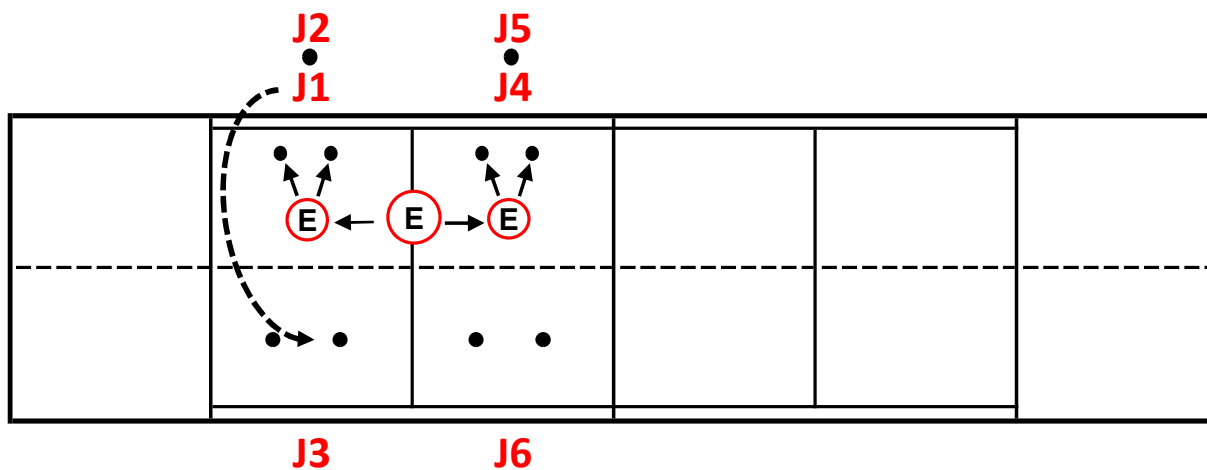
TEMPS : 12 minutes (ABM) – Coup droit ou revers

POINTS D'ENSEIGNEMENT

A) Préparation :	<ul style="list-style-type: none"> • unit turn; • raquette à -1; • être prêt avant le bond de la balle (moment).
B) Positionnement :	<ul style="list-style-type: none"> • placer pieds et épaules en direction de la cible.
C) La Frappe :	<ul style="list-style-type: none"> • trajectoire de la raquette vers la cible (corridor frappe); • point d'impact légèrement à l'avant.

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

EXERCICE



Envoi :	L'enseignant lance une balle arquée au coup droit ou revers de J1.
Projection :	En partant en position d'attente, J1 retourne la balle et dispute le point face à J3.
Mobilité :	<p>Pour avoir le droit de jouer le point, J1 doit envoyer sa 1^{re} balle dans la 2^e fenêtre à l'intérieur de la cible au sol et J3 doit (sur 1^{re} balle reçue) identifier coup droit ou revers avant le bond de la balle.</p> <p>À la fin du point, J1 laisse la place à J2.</p>
Système de pointage :	Le joueur qui marque le plus de points en 4 minutes.
Rotation :	Changer les rôles chaque 4 minutes.
Considérations (au besoin) :	<ul style="list-style-type: none"> • lors de la dispute du point, rappeler aux joueurs l'importance de maintenir la balle dans la 2^e fenêtre. L'enseignant se réserve le droit d'annuler ou d'enlever le point au joueur fautif.

**COOPÉRATION, contrôle de la direction
afin de favoriser la régularité dans les échanges**



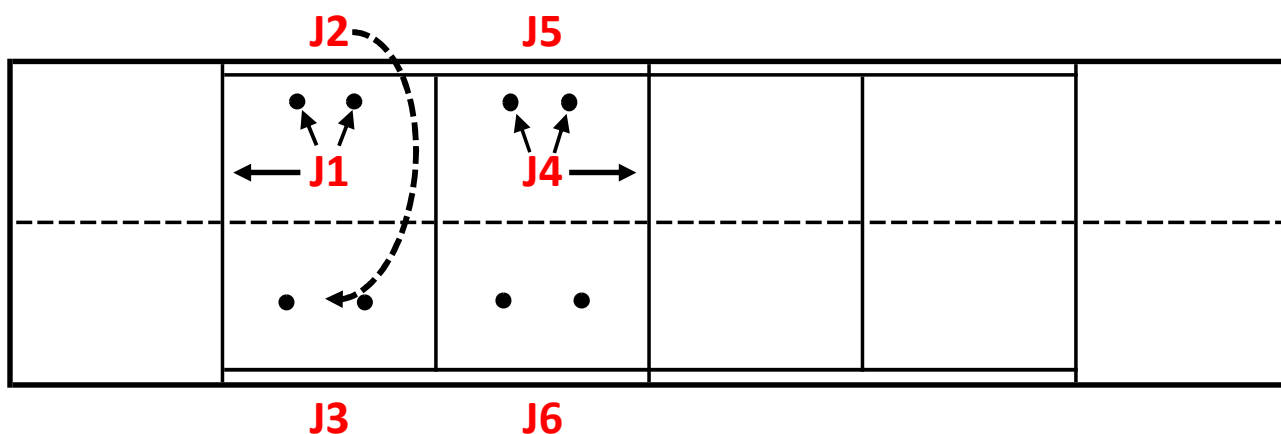
TEMPS : 12 minutes (ABM) – Coup droit ou revers

POINTS D'ENSEIGNEMENT

- | | |
|----------------------------|---|
| A) Préparation : | <ul style="list-style-type: none"> • unit turn; • raquette à -1; • être prêt avant le bond de la balle (moment). |
| B) Positionnement : | <ul style="list-style-type: none"> • placer pieds et épaules en direction de la cible. |
| C) La Frappe : | <ul style="list-style-type: none"> • trajectoire de la raquette vers la cible (corridor frappe); • point d'impact légèrement à l'avant. |

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

EXERCICE



- | | |
|------------------------------|---|
| Envoi : | J1 lance une balle arquée au coup droit ou revers de J2. |
| Projection : | En partant en position d'attente, J2 retourne la balle et dispute le point face à J3. |
| Mobilité : | Pour avoir le droit de jouer le point, J2 doit envoyer sa 1 ^{re} balle dans la 2 ^e fenêtre à l'intérieur de la cible au sol et J3 doit (sur 1 ^{re} balle reçue) identifier coup droit ou revers avant le bond de la balle. |
| Système de pointage : | Le joueur qui marque le plus de points en 4 minutes. |
| Rotation : | Changer les rôles chaque 4 minutes. |

- | | |
|-------------------------------------|--|
| Considérations (au besoin) : | <ul style="list-style-type: none"> • lors de la dispute du point, rappeler aux joueurs l'importance de maintenir la balle dans la 2^e fenêtre. L'enseignant se réserve le droit d'annuler ou d'enlever le point au joueur fautif. |
|-------------------------------------|--|