

GP2



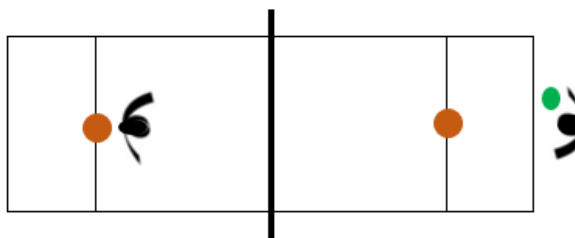
MATERIEL ET AIRE DE JEU

Ballon	School ●
Pastille	1 disque rond par terrain ● "maison" positionné sur la ligne des 3m
Terrain	3 x 4,5 m (3 terrains par filet de volley)
Hauteur filet	2,00 m

PRINCIPE DE L'EXERCICE



1 contre 1 avec blocage du ballon puis renvoi en lancé passe haute avec un jeu sans ballon



DEROULEMENT

Le Service

Je sers 3 fois de suite **derrière la ligne du fond** à 4,5 m par un lancer de bas en haut
Si je rencontre des difficultés pour servir, je peux mettre en jeu devant la ligne de fond.
Si le ballon touche le haut du filet lors du service, le ballon est remis

La réception et le renvoi

Je réceptionne par un **blocage** bas ou haut du ballon.
Lors du blocage, je dois être arrêté et **mon corps est orienté vers le filet**.
Je dois renvoyer le ballon par un **lancer passe**

Le jeu sans ballon

Après le renvoi, je dois toucher la ligne de côté du terrain avec le pied puis me replacer sur ma "maison".

Pour marquer un point

Je gagne un point lorsque le ballon touche le sol à l'intérieur du terrain adverse
Je gagne un point quand l'autre joueur n'arrive pas à renvoyer le ballon (ballon dehors, dans le filet)



INITIATION ARBITRAGE – NIVEAU 1

Les compétences que je dois maîtriser

- ① Je procède au tirage au sort
- ② Je siffle l'engagement tout en effectuant le geste correspondant
- ③ Je siffle pour indiquer la fin du point (gain du service et du point)



- ③ Je sais marquer les points sur la feuille de match

GP1

GP2

Progression des couleurs

