

Description de la séance jeudi 13 mars (FPC VOLLEY)

OBJECTIF	BUT	DISPOSITIF	Critères de réalisation	Critères de réussite	Variables
1) Situations d'expériences en passes mains hautes	Entretenir la continuité des passes au dessus de soi	Un ballon par élève	Touches très basses, possibilités de « coller »	Réussir à fléchir jusqu'à s'allonger sur le dos, et se relever sans perte de ballon	Faire deux touches basses pour une touche haute (à 50 cm) ; en se déplaçant au lieu de descendre sur le dos
2) Situations d'expériences en passes mains hautes : Se déplacer et se placer sous la balle	idem	Idem face au mur ; une ligne horizontale à trois mètres de haut	Fléchi en demi fente, le bassin en rétroversion, accueil du ballon jusqu'au front, se gagner sur la finale de la poussée. Passer avec un rebond	Réussir à toucher au dessus de la ligne au mur. Se déplacer et se replacer sous le rebond Vingt touches sans perte du ballon.	Un ballon pour deux, même exercice face à face sans filet, puis avec filet. A trois, passe et suit avec des plots pour matérialiser l'écart en ligne droite.
3) Situations problème : passer orienté et en mouvement	Jouer en plusieurs touches avant le renvoi	Terrain plus long que large (3M sur 10M pour collège, 5M sur 15 pour lycée)	Deux contre deux ; placement libre, service profond en cuillère. Nombre de touches illimité puis limité à 4. Jeu avec rebond puis sans	Réussir à renvoyer plus de cinq ballons sur dix en deux touches au minimum	Même exercice à trois puis quatre contre quatre. Service tennis autorisé. Nombre de touches limité à trois. Le joueur « chasuble »
4) Situation de routine pour passer en mouvement	Réussir à enchaîner beaucoup de passes avec déplacements contraints	Camp A distributeur de relances paraboliques . Camp B file de trois attaquants en 4 et un passeur désigné.	Distribution de relances « faciles vers les A. Le passeur doit partir de la ligne extérieure aux 3M à droite, venir passer en poste 3, et se replacer en position initiale avant de faire la seconde passe. Il doit marquer un « piétinement » avant de passer.	Passer correctement deux fois sur trois en demie pour une attaque en quatre.	Distribution service cuillère des trois mètres adverses. Rajout de défenseurs dans le camp adverses, qui ont pour rôle de relancer, puis de jouer le point (infériorité numérique).
5°) Situation de match à thème	Systématiser une attitude préactive avant de passer en deuxième touche	2/2 3/3 4/4 Terrain en fonction de l'effectif	Obliger un joueur à tenir le rôle de passeur pendant que l'équipe adverse enchaîne dix services	Réussir six passes sur dix tentatives de passes (sur bonne réception) ; questionner sur l'orientation	<i>Faire jouer en rotation normale, et désigner un poste comme celui du passeur ; faire envisager les solutions en cas de mauvaise première touche.</i>

Bien sûr il ya d'autres variables à créer et des aménagements selon vos élèves et les installations, qui ne sont pas toujours standard.
T.ALAZZAWI