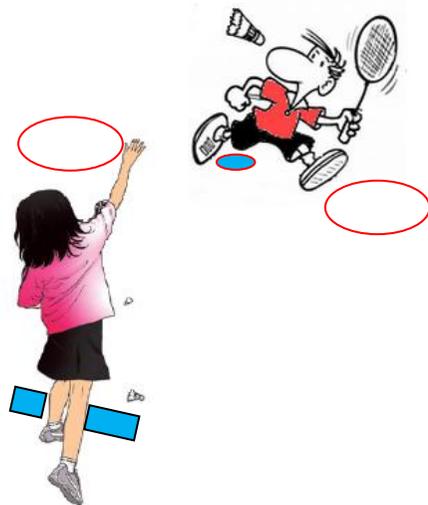


**DISPOSITIF : (schéma)**



**L'organisation du groupe :**

- Groupes de 3 : 1 lanceur, 1 joueur, 1 ramasseur.

**Matériel :**

- Par triplette :
  - 5 à 7 volants
  - 1 raquette
  - 2 cerceaux (cibles)
  - 1 point de départ matérialisé au sol (●) situé à 1,5m des cibles et en léger retrait.
  - marque au sol pour le lanceur (à 3 m du joueur, face à sa situation de départ)

**CONSIGNES :**

**aux élèves :**

Le joueur défend les cibles situées devant lui avec sa raquette. (mise en opposition du tamis)  
Le lanceur tente d'atteindre les cibles en lançant les volants à la main.

**REGULATION**

**Pour faciliter**

- Cible unique (coup droit ou revers), départ sur le côté et non derrière la cible.
- Raquette plus courte.
- Augmenter l'éloignement du lanceur.

**Pour complexifier**

- Réduire l'éloignement du lanceur.
- Multiplier les cibles (verticales dessinées au mur, ou dos au filet qui devient une cible à défendre)
- Demander de repousser le volant (=frapper le volant)

**CE QUI EST A APPRENDRE**

- Se mettre à distance par rapport au volant.
- Lire une trajectoire.
- Se replacer après l'opposition/la frappe.

**CRITERES DE REUSSITE :**

- Défendre ses cibles : ne pas encaisser plus de 4 buts sur 7 lancers.