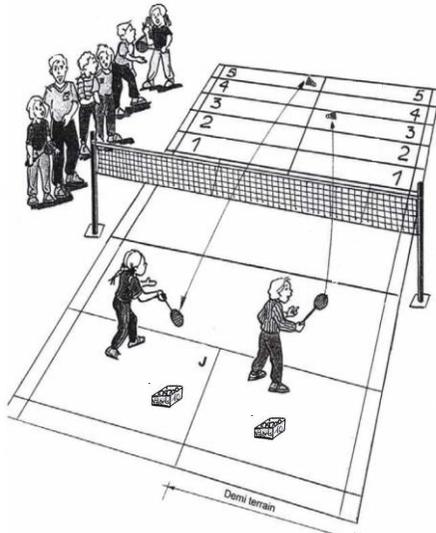


DISPOSITIF : (schéma)



L'organisation du groupe :

- 3 joueurs par demi-terrain (sens de la longueur) : 1 serveur, 1 juge, un secrétaire.
- 5 zones de surface égale tracées au sol entre la ligne de service et le fond du terrain.
- Zones valant de 1 à 5 points.

Matériel :

- Volants (5 par demi-terrain).
- Une raquette par enfant.
- Fiches d'observation [Fiche observation mise en jeu basse.doc](#)

CONSIGNES :

aux élèves :

Depuis la ligne de service, vous allez effectuer 5 mises en jeu en coup droit.

Vous devez marquer le plus de points possible.

Attention ! le volant doit retomber dans les limites du terrain (demi-terrain + couloir).

Changer les rôles.

Autres situations, visant à travailler la frappe basse :

- Gagne terrain en solo = traverser un espace donné en moins de frappes possible.
- Gagne terrain duel : face à face, il s'agit de repousser le plus loin possible l'adversaire (lui faire franchir une ligne). On frappe le volant de l'endroit où il tombe.
- Contre un mur : zone de lancer de plus en plus éloignée du mur

REGULATION

Pour faciliter

- Sans filet
- Diminuer la hauteur du filet.
- Volant comptabilisé s'il tombe dans l'autre demi-terrain.

Pour complexifier

- Demi-terrain sans le couloir.
- Viser les zones en diagonale (autre demi-terrain avec ou sans le couloir).
- Mise en jeu en revers

CE QUI EST A APPRENDRE

- Frapper le volant loin du corps.
- Avoir un geste ample et accéléré pour envoyer loin.
- Dissocier l'action des bras.
- Orienter la trajectoire du volant vers la cible

CRITERES DE REUSSITE :

- Atteindre au moins 11 points.
- Ne pas envoyer de volant hors limite.
- Ne pas envoyer de volant hors limite, ni dans la zone située entre le filet et la zone 1 point.
- Battre son record.

Christian CHARLES CPC EPS Semur-en-Auxois