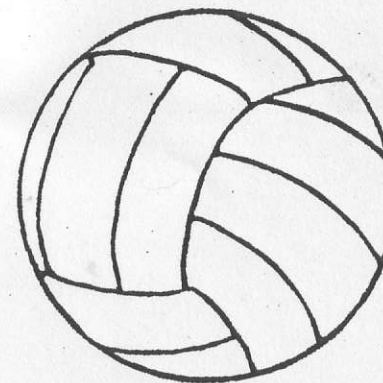


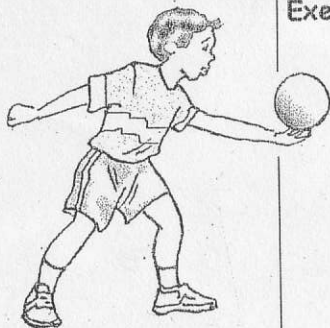
Mini-volley

Matériel : une corde tendue dans la largeur de la salle. A la corde sont attachés des ballons de baudruche
 ballons de baudruche enveloppés d'une housse de tissu
 ballons de plage
 ballons de volley
 piquets, cônes, tapis



Motivation : demander aux enfants quels sont les sports que l'on pratique avec un ballon ? Leur expliquer la pratique du volley avec éventuellement des photos, des images. Les inviter à découvrir ce sport en jouant.

<p>Échauffement</p>	<p>Jeu des couleurs Les enfants jouent librement avec les ballons dans une surface délimitée au centre de la salle. La monitrice crie une couleur. Les enfants doivent poser leur ballon courir faire le tour du piquet correspondant à la couleur crieée et revenir prendre un ballon. La monitrice aura enlevé un ou deux ballons. L'enfant qui n'a pas de ballon court autour de la salle en touchant les 4 murs et vient récupérer son ballon.</p>	<p>Un ballon par enfant 4 piquets avec ballons de baudruche de 4 couleurs différentes</p>
<p>Partie principale Une équipe de chaque côté du filet</p>	<p>exercer divers déplacements</p> <ol style="list-style-type: none"> en colonne dans un angle au fond du terrain : <ul style="list-style-type: none"> ▶ courir en avant jusqu'au filet ▶ longer le filet en pas chassés avec les mains en position de passe ▶ reculer en courant en arrière ▶ traverser en pas chassés mains en position de manchette depuis le fond du terrain courir vers le filet. L'équipe A touche avec les 2 mains la ligne qui marque le milieu de la salle sous le filet et l'équipe B saute pour toucher un ballon de baudruche avec les 2 mains. Reculer en courant. en colonne dans un angle du terrain : <ul style="list-style-type: none"> ▶ une roulade avant ▶ prendre un ballon et faire une roulade sur le dos, poser le ballon dans le cerceau ▶ déplacement latéral en pas chassés entre 2 cônes espacés ▶ courir vers le filet toucher le sol avec les 2 mains, sauter à pieds joints pour toucher le ballon avec les 2 mains. Retour à reculons. 	<p>2 tapis 2 ballons</p>



Le service à la cuillère



La manchette

Exercer le toucher de la balle

1. le service à la cuillère : frapper le ballon par en-dessous avec une main (paume, poing ou avant-bras)

Jouer pour mettre en exercice le service :

- ▶ « Débarras » : durant un temps limite se débarrasser des balles qui se trouvent dans son terrain en les « servant » au-dessus du filet dans le camp adverse. Pour commencer le jeu placer les balles contre le mur et les gymnastes à l'opposé. Au signal les gymnastes courent chercher un ballon et le jeu peut commencer.

2. la passe : frapper le ballon au-dessus de la tête avec les 10 doigts (la paume de la main n'est pas en contact avec le ballon). Crier « oui » quand on pense pouvoir toucher la balle.

Jouer pour exercer la passe :

- ▶ « la patate chaude » : 2 équipes, chaque équipe est subdivisée en 2 groupes en colonne de part et d'autre du filet. Le premier fait une passe au-dessus du filet et revient dans sa colonne. De l'autre côté le joueur doit attraper le ballon, le relancer en passe dans l'autre camp et revenir dans sa colonne. Durant le temps imparti compter le nombre de passes réussies (si la balle tombe au sol la passe ne compte pas).

3. la manchette : frapper le ballon par en-dessous avec les avant-bras, mains jointes tirées vers le bas (doigts non croisés).

Jouer pour exercer la manchette :

- ▶ « le tape-mur » : face au mur, se lancer le ballon, le taper en manchette vers le mur puis le bloquer à 2 mains.
- ▶ « les déménageurs » : 2 à 3 équipes en colonne, ballons (1 par enfant) déposés dans un cerceau. Le 1^{er} prend un ballon le passe en manchette par-dessus le filet, court pour le rattraper et le dépose dans un cerceau au fond du terrain. En courant il vient toucher la main du suivant.

1 ballon par enfant

1 ballon par équipe

1 ballon par enfant
2 cerceaux par équipe



La passe

Jeu

« mini-volley chronomètre »

2 équipes : A répartie de part et d'autre du filet et l'équipe B qui sert de chronomètre en courant autour du terrain (1 enfant à la fois). Le chronomètre s'arrête quand tous les enfants ont couru. Pendant que le chronomètre tourne l'équipe A sert les ballons vers l'équipe A' qui doit bloquer les ballons avant qu'ils ne touchent le sol. Puis A' sert vers A. Compter les balles bloquées.

3 ou 4 ballons
4 piquets (dans les angles du terrain)

Retour au calme

La machine à ballons

Couché sur le dos dans un cercle assez serré. Lancer quelques ballons de baudruche et les enfants, dans le calme et uniquement avec leurs mains doivent maintenir les ballons en mouvement au-dessus du groupe.