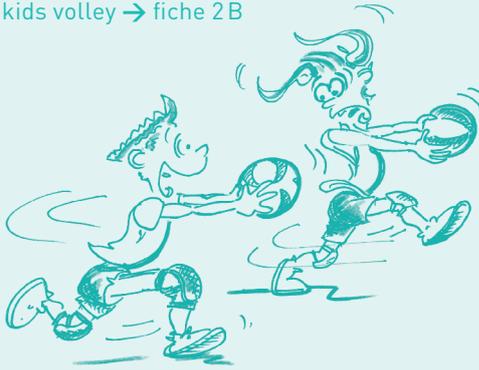


Introduction au volleyball

Jouer les uns avec puis contre les autres

Le kids volley se pratique à 4 différents niveaux qui se prêtent parfaitement à l'enseignement dans le cadre scolaire. Vous trouverez les règles et des séries d'exercices évolutifs pour les 4 niveaux dans l'éventail Jouer au kids volley. Les gestes propres au volleyball sont introduits par étapes, du « lancer et attraper » à la technique de volleyball.

N°	Exercice ou jeu	Objectif
1	<p>BALLE PIQUÉE SOLO L'éventail Jouer au kids volley → fiche 2B</p>  <p>Les enfants courent librement dans le terrain de kids volley en tenant un ballon entre les mains. Chacun essaye de « piquer » le plus grand nombre possible de joueurs avec le ballon. Les joueurs piqués peuvent se libérer en touchant une paroi avec le ballon.</p> <p>→ VARIANTES</p> <ul style="list-style-type: none"> - Effectuer une consigne à la paroi : lancer le ballon contre la paroi et taper dans les mains avant de le rattraper - Seulement la moitié des joueurs a 1 ballon ; les joueurs piqués font 1 x le tour du terrain en courant 	<p>S'échauffer et se déplacer dans toutes les directions.</p> <p>Lancer le ballon contre la paroi et le rattraper.</p>
2	<p>RATTRAPE-BALLON L'éventail Jouer au kids volley → fiche 3A</p>  <p>2 joueuses se tiennent côte à côte derrière la ligne de fond du terrain de kids volley. La joueuse A roule le ballon et la joueuse B essaye de l'arrêter avant qu'il ne sorte du terrain :</p> <ul style="list-style-type: none"> - d'une seule main - avec le pied - avec le front depuis l'avant - en s'asseyant sur le ballon 	<p>Rattraper un ballon roulé ou lancé et l'arrêter.</p>

N°	Exercice ou jeu	Objectif
2	<p>→ VARIANTES</p> <ul style="list-style-type: none"> - Les joueuses se répartissent en 2 colonnes (ici, parallèlement au filet); le ballon est roulé par l'enseignant pour la colonne A, et par une élève pour la colonne B - Lancer le ballon en cloche et le rattraper des deux mains après le premier rebond : en sautant, assise par terre, entre les genoux 	
3	<p>ARTISTES AU FILET</p> <p>L'éventail Jouer au kids volley → fiche 5 B</p> <p>Tous les joueurs se tiennent du même côté du filet avec 1 ballon chacun. Le ballon est lancé des deux mains par le bas par-dessus le filet et rattrapé de l'autre côté après le premier rebond.</p> <p>→ VARIANTES</p> <ul style="list-style-type: none"> - Différentes techniques de lancer (1 main, 2 mains) - Rattraper le ballon en position assise - Idées des enfants 	<p>Lancer un ballon par-dessus le filet et le rattraper.</p>
4	<p>AU FOUR ET AU MOULIN</p> <p>L'éventail Jouer au kids volley → fiche 6 A</p>  <p>2 joueurs se font face sur le terrain de kids volley. Ils se lancent un ballon par-dessus le filet. Après chaque lancer, le joueur va toucher une paroi. Quelle équipe de 2 réussit la première à rattraper 10 ballons ?</p> <p>→ VARIANTES</p> <ul style="list-style-type: none"> - Effectuer une autre consigne après le lancer (se mettre à plat ventre, faire un 360°) - Le joueur A fait un tour d'adresse après son lancer (faire le pantin, un 360°, etc.), le joueur B l'imité après son lancer ; puis inversion des rôles 	<p>Rattraper un ballon lancé par quelqu'un d'autre.</p> <p>→ Jouer ensemble</p>

N°	Exercice ou jeu	Objectif
5	<p>BALLON PAR-DESSUS LA CORDE L'éventail Jouer au kids volley → fiche 7 A</p>  <p>2 équipes de 2 joueuses se font face sur le terrain de kids volley. Les joueuses essaient de lancer le ballon par-dessus le filet de sorte que l'adversaire ne puisse pas l'attraper. Les passes et les déplacements avec le ballon ne sont pas autorisés.</p> <p>Comptent comme fautes :</p> <ul style="list-style-type: none"> - le ballon touche le sol dans le propre camp ou hors des limites du terrain - une joueuse touche le filet - une joueuse empiète sur le camp adverse <p>→ VARIANTES</p> <ul style="list-style-type: none"> - Jouer « avec » plutôt que « contre » - Jouer en compétition, aux points ou au temps - Rattraper le ballon en alternance (joueuse A, puis joueuse B, puis joueuse A, etc.) 	<p>Rattraper un ballon lancé ou joué par quelqu'un d'autre Lancer le ballon par-dessus le filet en visant une cible.</p> <p>→ Jouer avec l'intention de faire le point</p>

Vous trouverez des exercices et des jeux supplémentaires dans notre nouvel éventail JOUER AU KIDS VOLLEY, n° d'article 20.395, ISBN 978-3-03700-395-4

Nous vous souhaitons plaisir et succès pour la mise en œuvre dans vos leçons de sport.