

Fiche élève volleyball 9^{ème}

Nom : prénom :

Habiletés individuelles :

Réaliser 10 passes hautes sans faire tomber la balle				
Réaliser 10 passes hautes contre le mur				
Réaliser 10 passes hautes en se touchant la poitrine avec les mains entre chaque passe				
Réaliser 5 fois une passe haute et une manchette				
Réaliser 10 manchettes en envoyant le ballon plus haut que la tête				
Réaliser 5 fois une réception pour soi et une passe haute contre le mur				
Réaliser 10 services en frappant la balle par en dessous (nombre de réussites sur 10)				
Réaliser 10 services en frappant la balle par au dessus (nombre de réussites sur 10)				

Niveaux de jeu :

	1	2	3	4	5
N1 jeu avec un relais en jeu direct en passe haute.					
N2 jeu avec un relais en jeu indirect en passe haute.					
N3 jeu avec un relais en jeu indirect en passe haute à 2 zones.					
N4 jeu avec incertitude avec un relais en jeu indirect en passe haute.					
N5 jeu avec incertitude avec un relais en jeu indirect en passe haute suivi d'attaque.					
N6 jeu avec un relais en jeu direct en manchette.					
N7 jeu avec un relais en jeu indirect en manchette.					
N8 jeu avec un relais en jeu indirect en manchette à 2 zones.					
N9 jeu avec incertitude avec un relais en jeu indirect en manchette.					
N10 jeu avec incertitude avec un relais en jeu indirect en manchette suivi d'attaque					

Nom : prénom :

Habiletés individuelles :

Réaliser 10 passes hautes sans faire tomber la balle				
Réaliser 10 passes hautes contre le mur				
Réaliser 10 passes hautes en se touchant la poitrine avec les mains entre chaque passe				
Réaliser 5 fois une passe haute et une manchette				
Réaliser 10 manchettes en envoyant le ballon plus haut que la tête				
Réaliser 5 fois une réception pour soi et une passe haute contre le mur				
Réaliser 10 services en frappant la balle par en dessous (nombre de réussites sur 10)				
Réaliser 10 services en frappant la balle par au dessus (nombre de réussites sur 10)				

Niveaux de jeu :

	1	2	3	4	5
N1 jeu avec un relais en jeu direct en passe haute.					
N2 jeu avec un relais en jeu indirect en passe haute.					
N3 jeu avec un relais en jeu indirect en passe haute à 2 zones.					
N4 jeu avec incertitude avec un relais en jeu indirect en passe haute.					
N5 jeu avec incertitude avec un relais en jeu indirect en passe haute suivi d'attaque.					
N6 jeu avec un relais en jeu direct en manchette.					
N7 jeu avec un relais en jeu indirect en manchette.					
N8 jeu avec un relais en jeu indirect en manchette à 2 zones.					
N9 jeu avec incertitude avec un relais en jeu indirect en manchette.					
N10 jeu avec incertitude avec un relais en jeu indirect en manchette suivi d'attaque					

