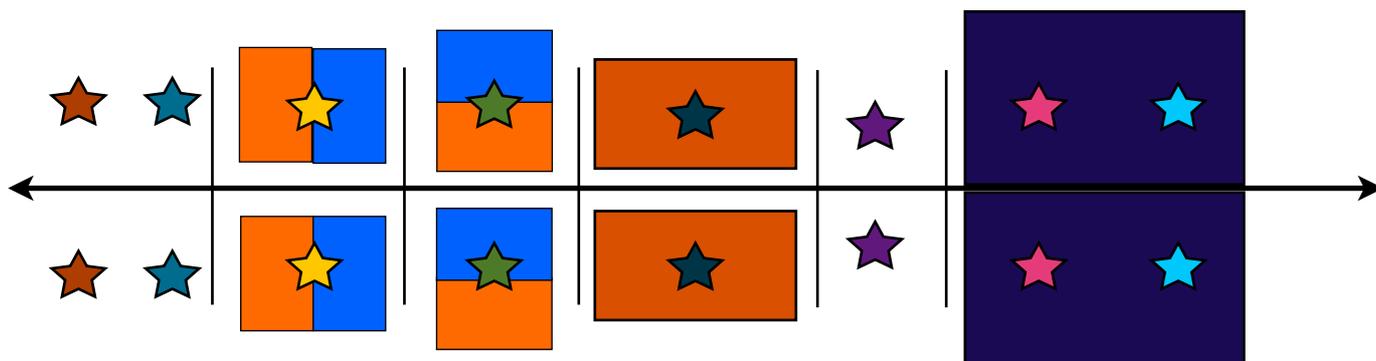


Approche mini-volley : ballon volley + ballon baudruche

Diverses surfaces : sol - petit tapis - tapis de 16 - gros tapis / filet en longueur



1. Tenir ballon de volley au-dessus de sa tête, jongler avec le ballon baudruche



2. Taper le ballon de volley au sol, puis jongler avec le ballon baudruche



3. Par 2, chacun son ballon de volley tenu au-dessus de la tête, jongler avec ballon baudruche



4. Par 2, chacun son ballon de volley tenu au-dessus de la tête, jongler avec ballon baudruche en s'agenouillant



5. Par 2, un ballon de volley tenu au-dessus de la tête, jongler avec ballon baudruche, puis donner ballon volley au partenaire



6. Par 3, un ballon de volley tenu au-dessus de la tête, jongler avec ballon baudruche, puis donner ballon volley au partenaire



7. 2 joueurs se donnent les mains et forment une «corbeille». 4 à 6 autres élèves déposent des ballons dans la corbeille : combien de ballons peuvent-ils s'y retrouver sans que l'un d'eux ne tombe ?



Approche mini-volley : ballon volley

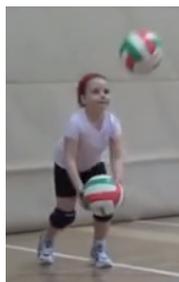
1. Lancer la balle (ou la taper par-terre), faire un panier avec les bras et se déplacer de façon à ce que le ballon passe dans le panier



2. Lancer la balle, faire un tour sur soi-même et jouer la balle avec le poignet, poing fermé



3. Par 2, A lance la balle à B, qui tient déjà un ballon de volley dans ses mains, position manchette : B fait rebondir le ballon lancé avec le ballon tenu



4. Par 2, chacun sur un tapis, face à face. A lance sa balle pour essayer de toucher le tapis avec et B l'en empêche en utilisant n'importe quelle partie de son corps



5. Par 2, A, dos à B, lance la balle entre ses jambes de telle façon que B puisse la renvoyer en passe haute



*contrôle au-dessus de sa tête,
toucher le sol entre ses pieds
et renvoi après le rebond en
passe à 10 doigts*

5. Par 2, face à face, avec le filet entre. Après renvoi du rebond, aller tourner autour d'un cône

https://www.youtube.com/watch?v=_3ipgkpx6k&index=7&list=PL266590B0142898F7

<https://www.youtube.com/watch?v=f2gwXqcMKnQ&list=PL266590B0142898F7&index=6>

<http://www.gevb.ch/psychomotricite-et-minivolley/>

http://www.fep-wb.be/publications/articles/volley_s_leonard.pdf