






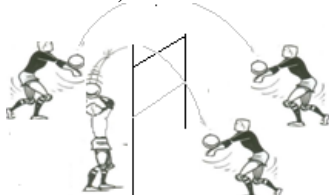

FICHE DE LA SÉANCE

Réalisée par : Prof SANOUSSI Amine

Module d'enseignement	Famille d'APS	APS Support	Niveau Scolaire	Nº séance	Matériel
	Sports de renvoi	Volley - Ball	T. Commun	4	12 ballons de volley- 4 terrain de volley-ball – 20 plots, dossard numérotés à la base de la liste d'absence

Objectif de la séquence Placement et déplacement dans un espace limité + Travail des outils (Passe, Réception et Manchette) indispensables à la conservation

Objectif de la séance Se placer sous la balle et pouvoir sauver une balle à une hauteur basse.(1c1)

Étapes	Durée	Contenu			
Préparatoire		<div><div><u>PRISE EN MAIN</u> Contrôle des absences et des tenues . → Annoncer l'objectif de la séance et ses phases</div><div><u>MISE EN TRAIN</u> Mobilisation des ceintures : → Scapulaire : • Mobilisation des segments supérieurs → pelvienne : • Mobilisation des segments supérieurs Force et gainage: Abdominaux, traction et sautillemts</div></div>			
Fondamentale		<div>But</div>	<div>Illustration</div>	<div>Critère de réussite</div>	<div>Critère de réalisation</div>
		<div>- Situation1 : Jonglage contre le mur - Situation 2 : 1 lance la balle avec les deux mains l'autre avec une manchette - Situation3 : 1c1 pouvoir garder la balle avec des manchettes au dessus du filet.</div>	<div>Situation 1 : </div> <div>Situation 2,3 : </div>	<div>•S1 : 10 Touches sans rupture. • S2,3 : Réaliser 3 échanges sans perte de balle.</div>	<div>• Réceptions de la balle et renvois orientés</div>
		<div>Conditions de réalisation</div>	<div>Consignes</div>	<div>Variables de modification</div>	
		<div>Conditions humaines: Se répartir par binômes</div> <div>Conditions matériel :<ul style="list-style-type: none">• 1 ballon par binôme• Délimiter l'espace par des plots• Un mur de travail• Filet adapté (taille moyen d'1 élève bras levés +20cm)</div>	<div>1.Placement 2.Lecture de la trajectoire de la balle. 3.Replacement 4.Technique appropriée</div>	<div>• Elargir l'espace • jongler avec la balle 2 fois avant son renvoi</div>	
Finale		<div><u>RETOUR AU CALME</u> : • Etirements et récupération</div> <div><u>REPRISE EN MAIN</u> : • Bilan de la séance</div>			
Evaluation		