

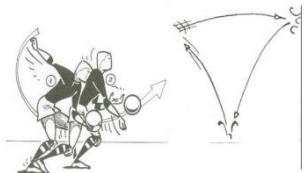
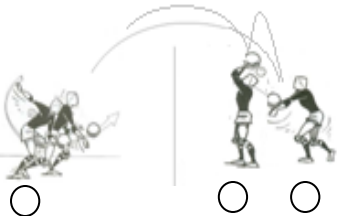
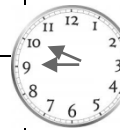




FICHE DE LA SÉANCE

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	6	15 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 et pouvoir réaliser un service bas au dessus de filet vers une zone du terrain protégée.(1contre1)					
Etapes	Durée	Contenu					
Préparatoire		<u>PRISE EN MAIN</u> Contrôle des absences et des tenues . → Annoncer l'objectif de la séance et ses phases		<u>MISE EN TRAIN</u> Mobilisation des ceintures : → Scapulaire : • Mobilisation des segments supérieurs → pelvienne : • Mobilisation des segments supérieurs Force et gainage: Abdominaux, traction et sautilllements			
		But	Illustration	Critère de réussite	Critère de réalisation		
Fondamentale		- Situation1 : se placer face au mur, réaliser des services vers une zone - Situation 2 : se placer face au filet, 1c1 réaliser un service vers l'autre camp / le réceptionner. - Situation3 : 1c1 Match d'application déclencher par un service, chercher la continuité.		Situation 1		S1 : 1/3 service orienté dans le couloir. • S2,3 : Réussir 2/3aux services, et réceptions.	
		Conditions de réalisation	Situation 2 :		Consignes		Variables de modification
		Conditions humaines: Se répartir par binômes ou trinômes 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)	 		1.Placement 2.Lecture de la trajectoire de la balle. 3.Replacement 4.Technique appropriée		• Elargir l'espace de réception • Avancer ou reculer pour effectuer son service
Finale		RETOUR AU CALME : • Etirements et récupération REPRISE EN MAIN : • Bilan de la séance					
Evaluation		