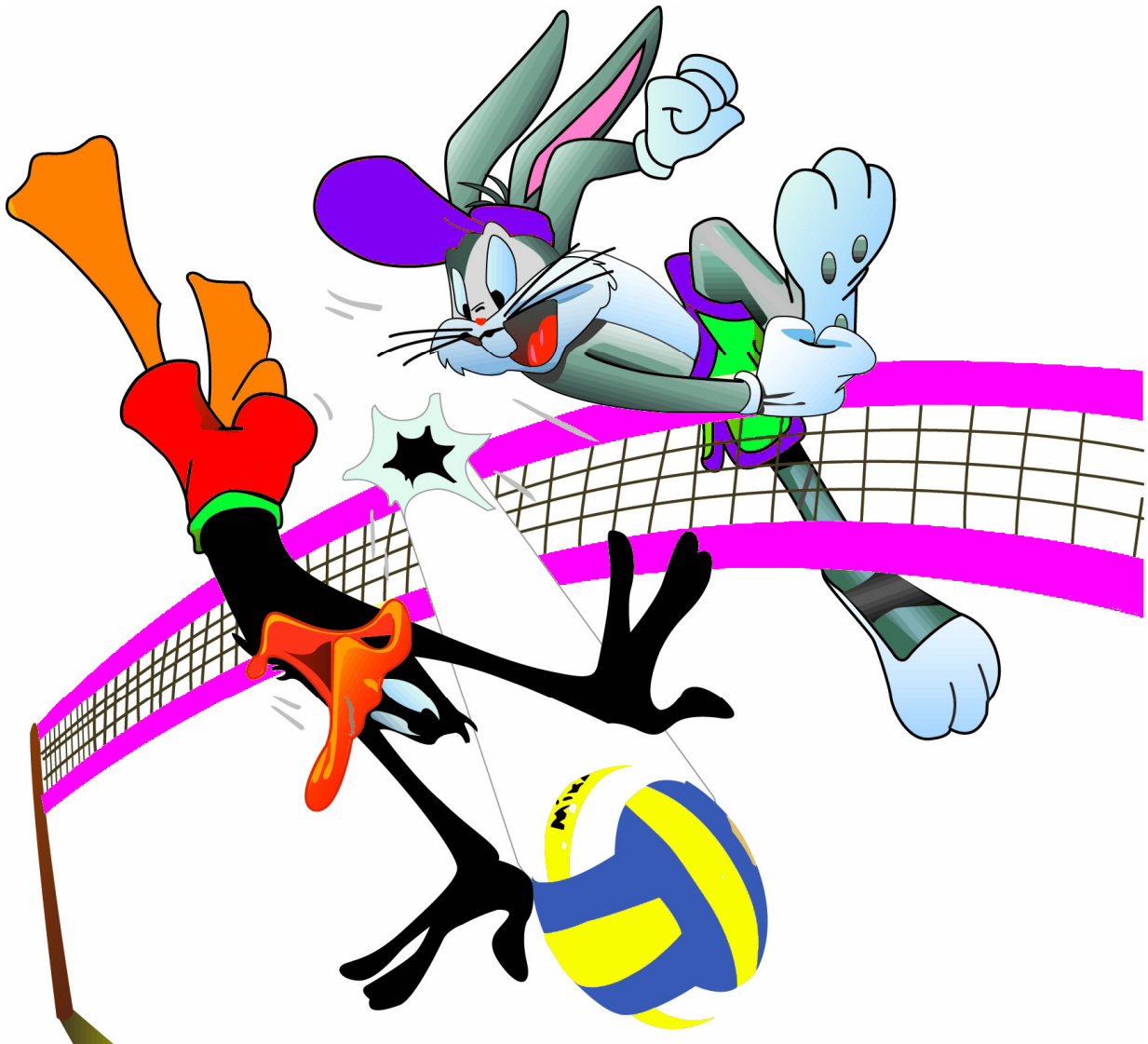


MES ANNEES SMASHY



CYCLE DE MINI-VOLLEY
CLASSES DE CM1-CM2

VOLLEY - BALL



COMITE DE L'ISERE

7, rue de l'Industrie – 38327 EYBENS CEDEX ☎ 04 76 43 40 28 – ✉ cd38.volley@free.fr

Cycle de 8 séances type de 1 heure

1

- ◆ Explication des règles du jeu
- ◆ Explication de la formule « montée-descente »

- 1) * **Engagement** : - à 10 doigts en touche haute
- 2 à 5 touches de balle
- * **Echange** : - libre
- 2) * **Engagement** : - 3 à 5 touches de balle
* **Echange** : - 2 à 5 touches de balle

Adaptation pour les plus faibles:

- Attraper lancer frapper
- Attraper lancer jongler frappe

- Pas de reprise de lancer
- Pas de déplacement avec la balle
- Relancer la balle dans un geste continu « balle brûlante »
- 2ème engagement (essai) possible, à condition que le ballon ne touche pas le sol

2

- 1) **1er niveau: Engagement** : 3 à 5 touches de balle
Echange :- 3 à 5 touches de balle
- 2è niveau: Engagement** : 3 à 5 touches de balle
Echange :- 2 à 5 touches de balle
- 3è niveau: Engagement** : 2 à 5 touches de balle
Echange :- 2 à 5 touches de balle

- 2) * **Engagement** : - 1 à 3 touches de balle
* **Echange** : - 1 à 3 touches de balle

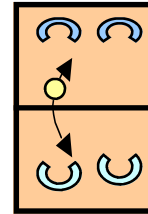
* **Comptage des points** :
en fonction du nombre de touches de balle effectué
(par le gagnant de l'échange) juste avant la faute de l'adversaire.

si 1 tdb = 1 point
si 2 tdb = 2 points
si 3 à 5 tdb = 3 points

3

- 1)* **idem 2è jeu de la séance 2.**
1er arrivé à 15 pts dit STOP
- 2) * **Engagement** : - 2 à 6 touches de balle
de la ligne de fond (4m)
- * **Echange** : - 2 à 5 touches de balle

LE DOUBLE (Niveau 1)



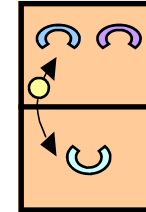
Jeu en 1x1 en équipe de 2

Un joueur peut faire 2 échanges de suite.

L'équipe vainqueur monte et l'équipe perdante descend

4

LA RONDE ITALIENNE



Engagement fond de terrain de 2 à 6 touches par équipe.
A 2, les joueurs sont obligés de se faire au moins une passe (même à l'engagement).
Puis pour les meilleurs 5 touches de balle maxi, voire 4 touches.

Jeu en 1x2 en ou 2x2

3 rencontres de 3'.
Chaque enfant joue avec 2 à 3 partenaires différents et marque ses points individuellement.

X joue avec Y contre Z
Y joue avec Z contre X
Z joue avec X contre Y

Après les 3 matchs, le vainqueur « monte », le ou les intermédiaires « restent » et le perdant « descend ».

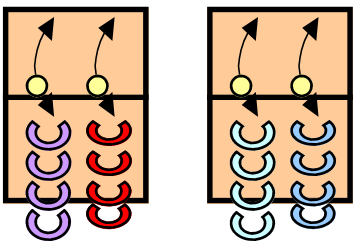
5

- 1) Idem 4è séance (La ronde Italienne) mais en faisant un maximum de 2x2

LA COURSE AU TRESOR

Relais par équipe de 4 à 5 joueurs.

Le joueur qui réussit à jongler (nombre illimité) et faire passer le ballon par dessus le filet obtient un « lingot » (plot donner par l'enseignant) qu'il ramène après dans « le coffre fort » de l'équipe (cerceau).
Entre temps, il doit lancer le ballon à son coéquipier, qui prend la suite du relais.
L'équipe qui aura obtenu le plus de lingots devra reculer de 2 à 3 mètres (ou en fonction des lignes tracées).
L'équipe qui aura alors gagné le plus de terrain sera désignée vainqueur.



6

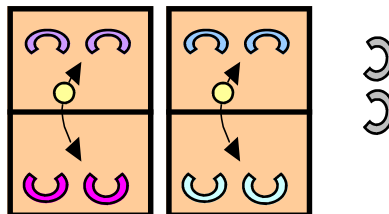
QUI PERD JOUE

Jeu en 2x2 (en 2 à 6 tdb) en 7 pts.

Tournoi avec handicap

Une équipe (au moins) est en attente, et remplacera l'équipe qui aura, la première, gagné son match.
Quand une équipe remporte son match, elle « sort » et vient marquer une victoire.
L'équipe contre qui cette dernière a joué débute alors son nouveau match (contre l'équipe en attente) avec ses points gagnés précédemment.
Ex: Si je gagne 7-5, je sors du jeu et je marque 1 victoire.
L'équipe qui a perdu conserve ses 5 points et démarre contre l'équipe en attente à 5-0

Le but est de remporter le plus de victoires possible.



7

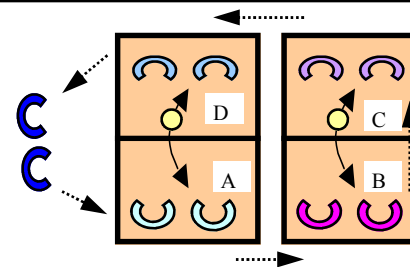
CHAMPIONNAT

Tournoi où toutes les équipes se rencontrent en 2x2

Si 12 équipes = 11 matches = 3' à 4' par match (pour 1h).

En cas de nombre d'équipe impair, à la fin du 1er match, les équipes tournent dans le sens inverse des aiguilles d'une montre. L'équipe en attente rentre alors sur le terrain A, l'équipe qui était sur le terrain A va au terrain B et ainsi de suite. L'équipe qui a joué contre l'équipe du terrain A va alors en attente.

En cas de nombre d'équipe pair, à la fin du 1er match, les équipes tournent dans le sens inverse des aiguilles d'une montre, sauf une équipe déterminée à l'avance, qui devra toujours rester fixe.



8

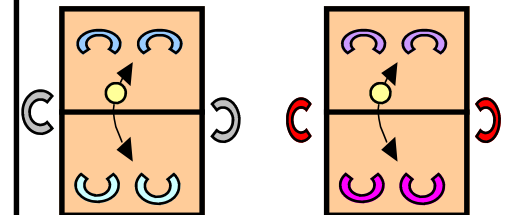
TOURNOI INTER-CLASSE

Jeu en 2X2

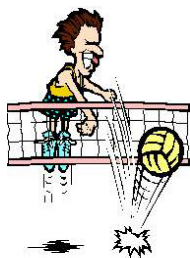
- ⇒ Triangulaires en montée descente
- ⇒ 3 matchs de 2'30 x 6
- ⇒ 8 terrains = 24 équipes de 2 = 48 élèves
- ⇒ Si le nombre d'équipes n'est pas un multiple de 3 = « match simple »
- ⇒ Pour les matchs simples = **Ronde Italienne**

Jeu en 1x1 puis en 2x2

- * 1er match : X1 joue contre Y1
- * 2ème match : X2 joue contre Y2
- * 3ème match : X1 et X2 jouent contre Y1 et Y2



LES REGLES DU VOLLEY-BALL



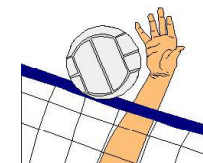
Le but du jeu est de faire tomber la balle dans le camp adverse en la faisant passer par dessus le filet

et de l'empêcher de toucher le sol de son propre camp

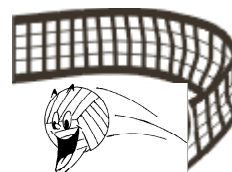


Il est interdit de tenir ou de porter la balle

La balle est jouable si elle touche la bande blanche du filet et retombe dans le camp adverse.



La balle est bonne si elle touche une des lignes du terrain

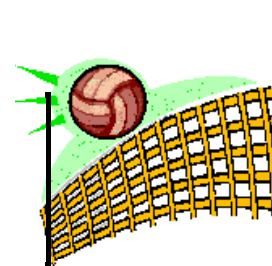


Un ballon envoyé dans le filet peut-être repris (sauf au service)

Il y a faute si je touche le filet



La balle doit passer entre les 2 antennes. Il y a faute si la balle touche l'une d'elles



Je n'ai pas le droit de pénétrer dans le camps adverse



Je peux jouer la balle si je me trouve en dehors de mon camp