1. **Majorité de balles perdues-non touchées**
2. **Notre posture individuelle et/ou choix de technique de réception n’est pas bonne. Avoir une forme de réception adaptée : haute ou basse ?**

Par 2, réaliser une série de 15 réceptions avec un service « cadeau » ou à la main de sorte que les 5 premières soient hautes, les 5 suivantes basses et les 5 dernières aléatoires.



A : Je sers/lance la balle

* 5 fois pour une réception haute
* 5 fois pour une réception basse
* 5 fois alternant l’un et l’autre

B : Je m’oriente face au terrain adverse en position dynamique, jambes fléchies, centre de gravité bas, les mains prêtes à monter pour une réception haute ou se positionner en manchette pour une réception basse.

Mon observateur reprend chaque critère quant à ma posture avant que A ne lance la balle.

J’ai réussi quand ma balle est renvoyée dans le terrain adverse et quand tous les critères rappelés par mon observateur sont bons.

**UNE BONNE RECEPTION DOIT TOUJOURS ETRE COMMUNIQUEE, ADAPTEE ET DIRIGEE/ORIENTEE !!!**

**L’est-elle ?**

1. **Majorité de balles touchées-perdues**
2. **Nous nous gênons ou ne savons pas pour qui est la balle. Comment s’organiser pour bien réceptionner ? (Position de chacun sur le terrain) / Comment savoir qui réceptionne ? (Communication)**

Par 4, tester des formations (chacun une ligne/ 22 filet-fond/121) et éventuellement d’autres. A partir d’un service « cadeau » ou à la main, réaliser 12 réceptions collectives en systématisant le « J’AI » dès qu’on sait/pense qu’on peut agir sur la balle.

1. Je sers 12 fois en alternant les formes (pour réception haute/ basse/ à droite/ à gauche)



B. Tester les formations, choisir celle où on fonctionne le mieux, communiquer à la réception.

B : Je m’oriente face au terrain adverse en position dynamique, jambes fléchies, centre de gravité bas, les mains prêtes à monter pour une réception haute ou se positionner en manchette pour une réception basse.

L’observateur reprend chaque critère quant à la bonne posture à adopter avant que A ne lance la balle.

J’ai réussi quand ma balle est renvoyée dans le terrain adverse sans qu’il y ait eu gène et quand tous les critères rappelés par mon observateur sont bons.

**UNE BONNE RECEPTION DOIT TOUJOURS ETRE COMMUNIQUEE, ADAPTEE ET DIRIGEE/ORIENTEE !!!**

 **L’est-elle ?**

**2.Majorité de balles touchées-perdues**

1. **Notre posture/orientation individuelle et/ou choix de technique de réception n’est pas bonne. Comment bien réceptionner ? (Posture/orientation et choix de la technique de réception) / Comment me placer par rapport au réceptionneur pour assurer la suite ?**

Par 4, réaliser une série de réceptions (3 séries de 4 fois 6 réceptions) avec un service « cadeau » ou à la main de sorte que les 2 premières soient hautes, les 2 suivantes basses et les 2 dernières aléatoires. Chaque réception doit être dirigée vers un camarade déjà orienté vers le réceptionneur, qui peut renvoyer dans le terrain adverse (alterner à chaque fois réception pour la droite et réception pour la gauche).

B : Je m’oriente face au terrain adverse en position dynamique, jambes fléchies, centre de gravité bas, les mains prêtes à monter pour une réception haute ou se positionner en manchette pour une réception basse.

J’oriente mon mouvement vers un partenaire.



A : Je sers/lance la balle

* 2 fois pour une réception haute
* 2 fois pour une réception basse
* 2 fois alternant l’un et l’autre

C : Je suis orienté vers mon réceptionneur prêt à recevoir la balle, en position dynamique, basse avec les mains prêtes à agir.

Mon observateur reprend chaque critère quant à ma posture avant que A ne lance la balle. Il vérifie l’orientation de mon action en réception.

J’ai réussi quand ma balle est bien passée et qu’elle est renvoyée dans le terrain adverse et quand tous les critères observés par mon observateur sont bons.

**UNE BONNE RECEPTION DOIT TOUJOURS ETRE COMMUNIQUEE, ADAPTEE ET DIRIGEE/ORIENTEE !!!**

 **L’est-elle ?**

1. **Majorité de balles touchées-perdues**
2. **Les balles réceptionnées sortent, partent au hasard.** **Comment sauver une balle ? (Venir en soutien, donner du temps)**

A 4, réaliser une série de réceptions (3 séries de 4 fois 6 réceptions) avec un service « cadeau » ou à la main de sorte que les 2 premières soient hautes, les 2 suivantes basses et les 2 dernières aléatoires. Chaque réception doit être dirigée vers un camarade déjà orienté vers le réceptionneur, au filet puis qui peut renvoyer dans le terrain adverse (alterner à chaque fois réception pour la droite et réception pour la gauche). Le joueur non concerné par la passe, se rapproche du réceptionneur en soutien. Une fois sur deux, le réceptionneur doit monter sa balle le plus haut possible vers l’avant pour donner du temps à ses partenaires d’agir.

A : Je sers/lance la balle

* 2 fois pour une réception haute
* 2 fois pour une réception basse
* 2 fois alternant l’un et l’autre



B : Je m’oriente face au terrain adverse en position dynamique.

J’oriente mon mouvement vers un partenaire et monte la balle pour donner du temps.

C : Je suis orienté vers mon réceptionneur prêt à recevoir la balle. Si la balle n’est pas pour moi, je me rends disponible, proche du partenaire qui agit sur la balle.

Mon observateur reprend chaque critère quant à ma posture avant que A ne lance la balle. Il vérifie l’orientation de mon action en réception.

J’ai réussi quand ma balle est bien passée et qu’elle est renvoyée dans le terrain adverse et quand tous les critères observés par mon observateur sont bons.

**UNE BONNE RECEPTION DOIT TOUJOURS ETRE COMMUNIQUEE, ADAPTEE ET DIRIGEE/ORIENTEE !!!**

 **L’est-elle ?**

1. **Majorité de balles touchées-renvoyées en 1 ou 2 touches :**
2. **On cherche encore à se sauver en se débarrassant de la balle dans le camp adverse avec un relais vers la zone avant s’il le faut.** **Comment passer du statut de réceptionneur à celui d’attaquant ? (Circulation des joueurs sur le terrain)**

A 4, se placer selon une formation claire pour l’équipe avec un rôle précis pour chacun à la réception (réceptionneur, future passeur) (3 séries de 4 fois 4 réceptions). Sur service (5° élève), quand je suis réceptionneur, je dirige mon action pour le passeur puis me décale pour éventuellement intervenir sur la balle ou venir au soutien.



B. Je suis en position d’attente dynamique, je réceptionne en orientant mon action vers un partenaire.

Je me rends disponible pour une balle qui me revient afin que j’attaque le terrain adverse.

Je me rends disponible pour soutenir un partenaire (je me rapproche de lui).

A : Je sers/lance la balle

* 4 fois pour des réceptions aléatoire

C. Je suis disponible, légèrement reculé pour prendre un élan et attaquer sur la 3° touche.

Mon observateur reprend chaque critère quant à ma posture avant que A ne lance la balle. Il vérifie l’orientation de mon action en réception ainsi que mon déplacement qui suit.

J’ai réussi quand ma balle est bien passée et qu’elle est renvoyée dans le terrain adverse et quand tous les critères observés par mon observateur sont bons.

**UNE BONNE RECEPTION DOIT TOUJOURS ETRE COMMUNIQUEE, ADAPTEE ET DIRIGEE/ORIENTEE !!!**

 **L’est-elle ?**

**4.Majorité de balles touchées-renvoyées en 3 touches**

**A. Selon les personnes placées pour la réception, nous n’assurons pas toujours une réception-attaque en 3 touches.** **Comment assurer la systématisation des 3 touches quel que soit notre réceptionneur ? (Permutation suite au service)**

A 4, se placer selon l’ordre règlementaire avant le service adverse. Au moment du service (5° joueur), changer ses positions pour retrouver son poste favori. La position de chaque joueur doit être adaptée dès le départ pour ne pas se gêner et circuler vite tout en gardant l’ordre règlementaire.



Si je suis bon à la passe, dès que « bleu » à toucher la balle pour son service, je prends la

Place de « violet », si je suis bon pour attaquer à gauche ou à droite, je prends la place de « rouge » et si je suis bon pour la réception, je prends la place de « vert ». Je reste à ma place si je suis sur mon poste privilégié.

De PERMUTER ainsi, ne vous dispense pas de sauver la balle, la réceptionner, la passer ou l’attaquer même si ça n’est pas votre rôle !!!

Nous communiquons notre poste avant le service ainsi que notre direction.

Nous avons réussi lorsque la balle a été renvoyée en 3 touches dans l’espace arrière du terrain adverse sans qu’on se gêne.

**UNE BONNE RECEPTION DOIT TOUJOURS ETRE COMMUNIQUEE, ADAPTEE ET DIRIGEE/ORIENTEE !!!**

 **L’est-elle ?**