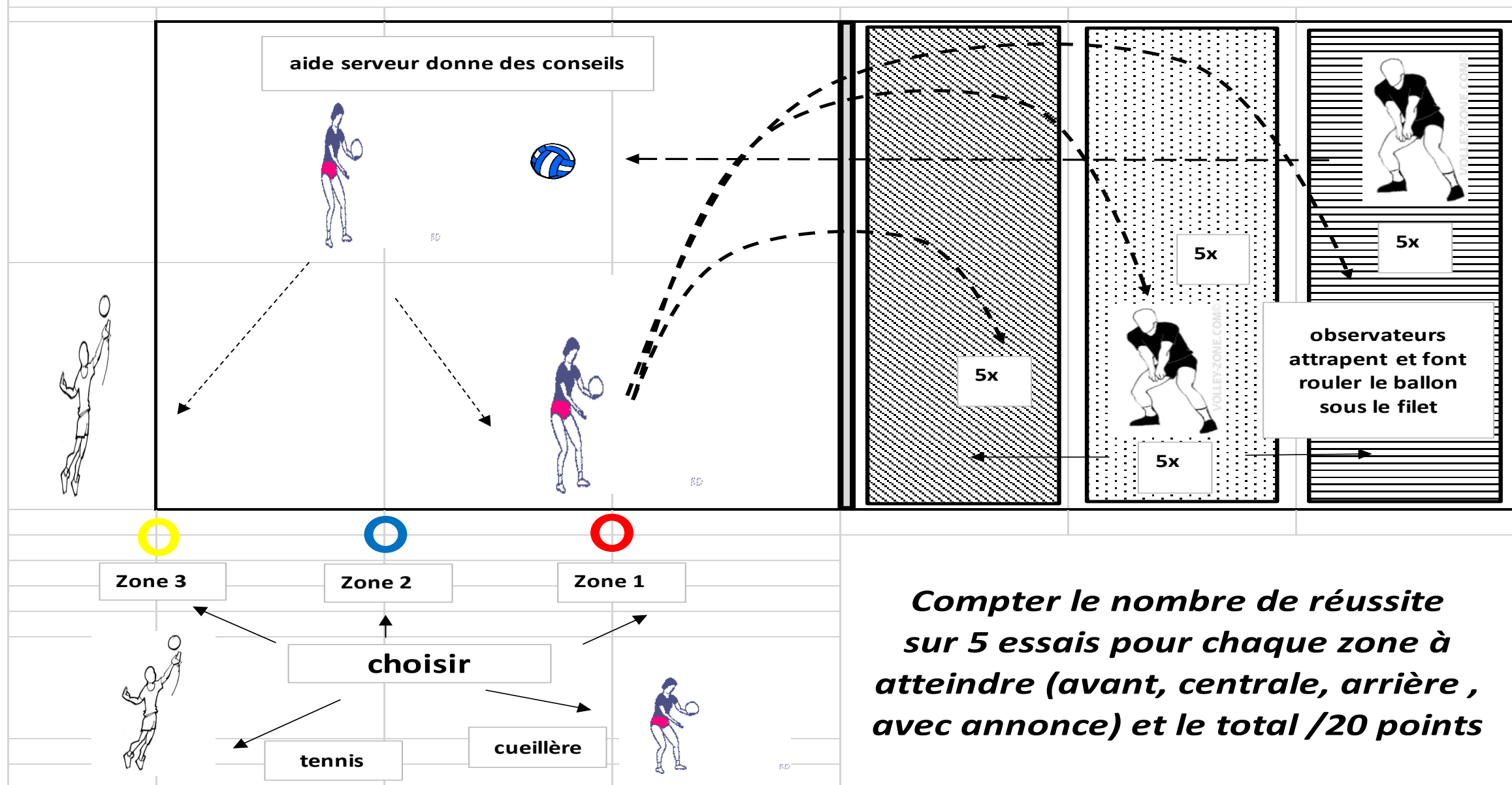
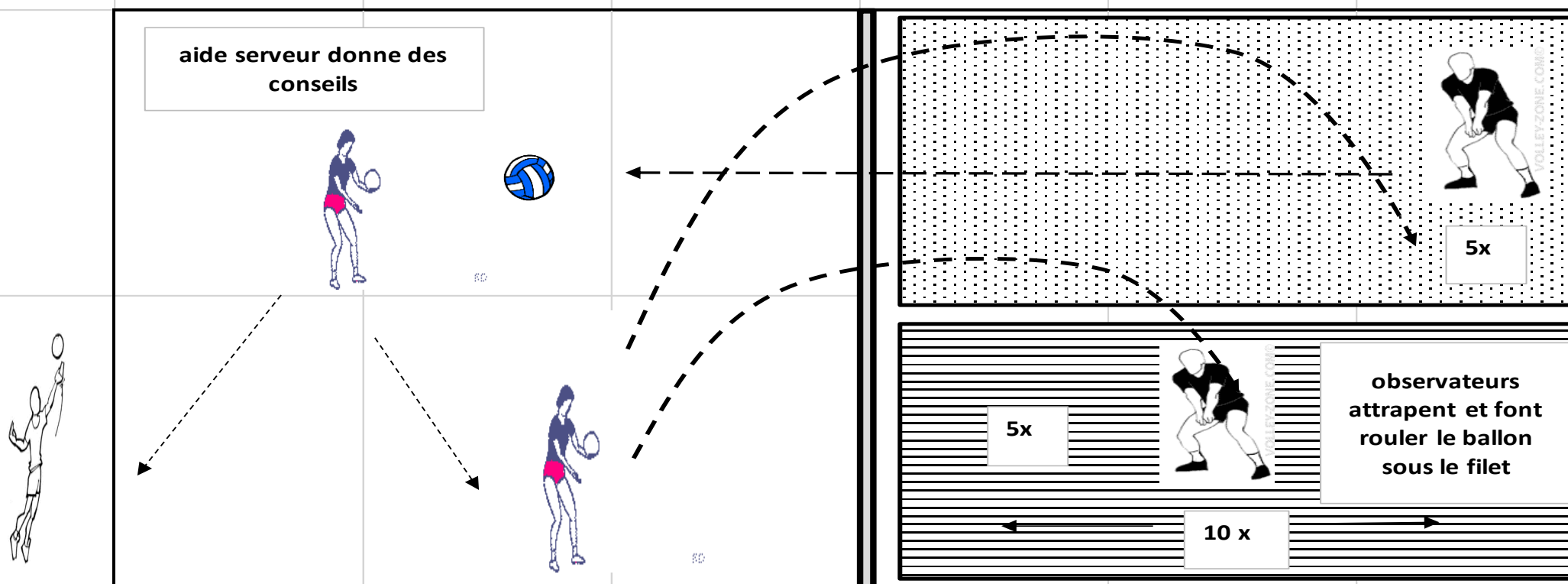


# GUIDE DE QUELQUES SITUATIONS D'APPRENTISSAGE en VOLLEY-BALL

# FICHE GUIDE POUR AMELIORER LA FORCE DU SERVICE



# FICHE GUIDE POUR AMELIORER LA DIRECTION DU SERVICE



Zone 3



Zone 2



Zone 1

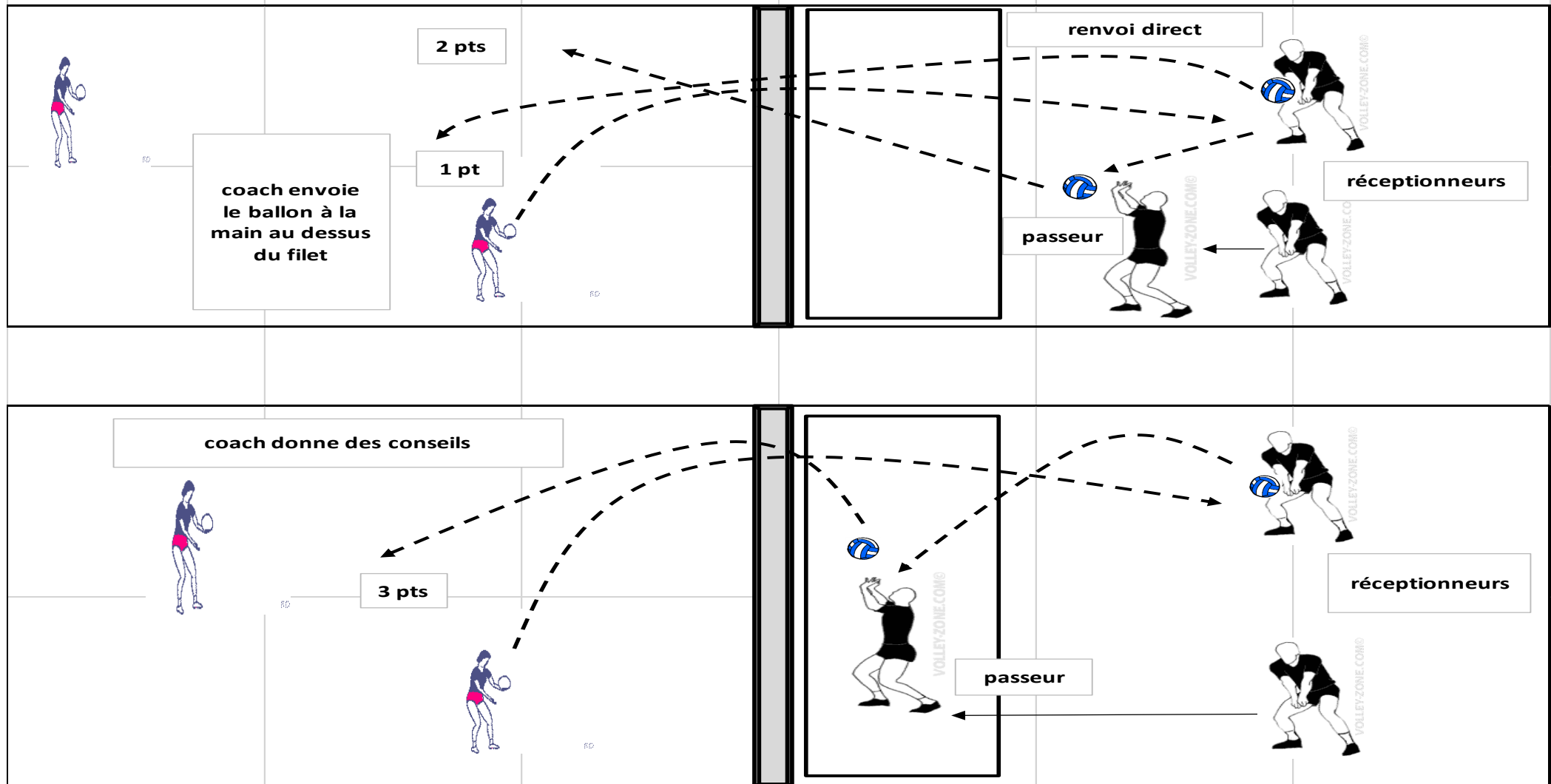
choisir

tennis

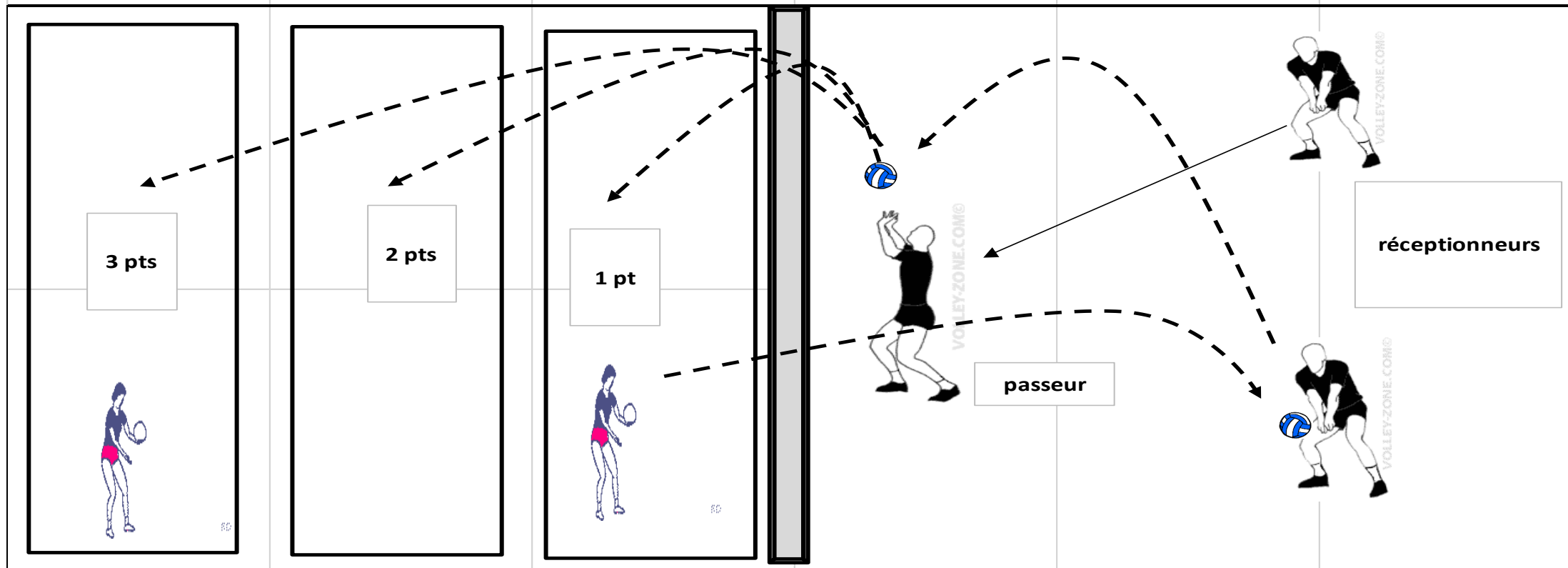
cueillère

**Compter le nombre de réussite  
sur 5 essais à droite, sur 5 essais à  
gauche et sur 10 essais avec annonce.  
Comptabiliser le total /20 points**

# FICHE GUIDE POUR AMELIORER L'ORGANISATION EN RECEPTION



# FICHE GUIDE POUR AMELIORER L'EFFICACITE DE L'ATTAQUE

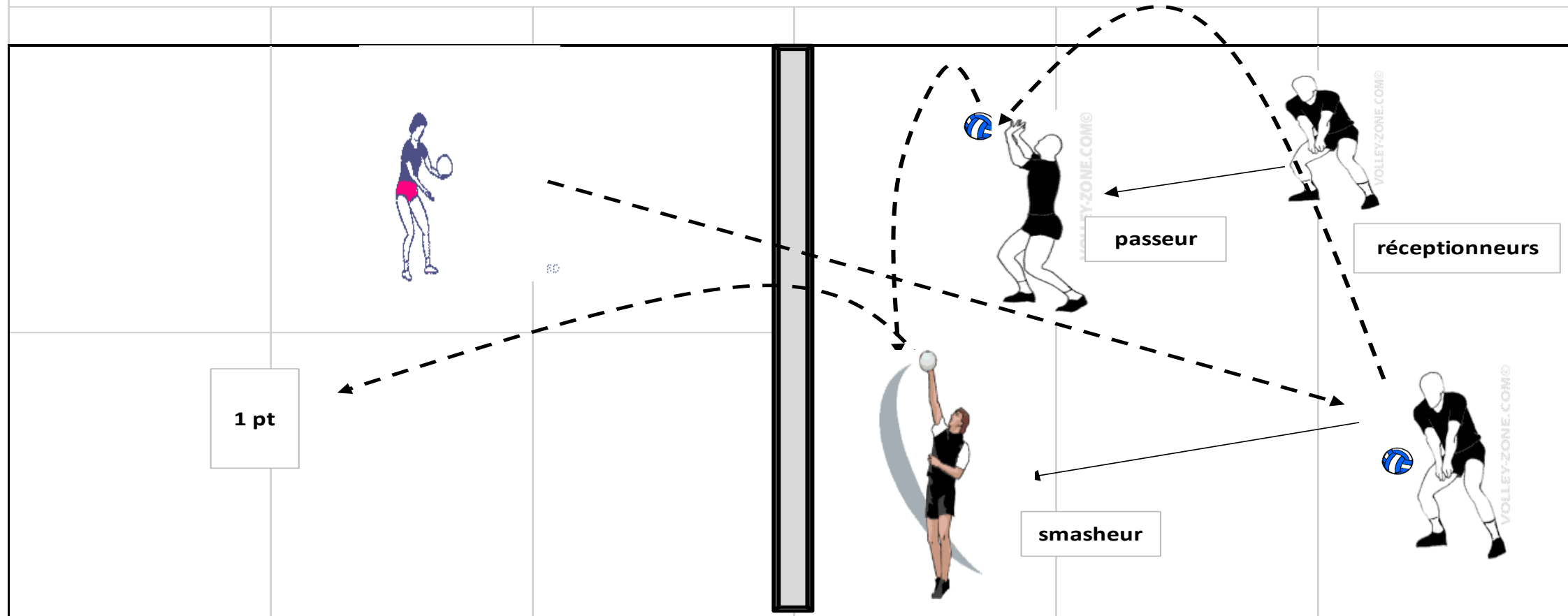


***Coach  
compte les  
points***

***Coach envoi les ballons  
aléatoirement à la main ou  
en servant***

***Compter le nombre de réussite sur 10  
essais. Comptabiliser le total /30 points***

# FICHE GUIDE POUR AMELIORER L'EFFICACITE DU SMASH



***Coach  
compte les  
points***

***Coach envoi les ballons  
aléatoirement à la main ou  
en servant***

***Compter le nombre de réussite sur 10  
essais. Comptabiliser le total /10 points.  
Répéter plus fois la séquence.***