

# Echauffement de minimes P2 Smash Volley

[https://www.youtube.com/watch?v= ye81wv5TTo&feature=emb\\_rel\\_end](https://www.youtube.com/watch?v= ye81wv5TTo&feature=emb_rel_end)

Jeu d'attaque contre défense qui vaut la peine d'être essayé

niveau	description	faible	fort
1  1x1 par 2	- Service . - Attraper la balle. - Courir vers le filet. - Smasher. ----- - Attraper la balle .	- Service en lancer haut à une main. - Attraper la balle après un rebond. - Courir vers le filet. - Smash en lancer haut. ----- - Attraper la balle après un rebond.	- Service en frappe haute ou basse. - Attraper la balle sans rebond. - Courir vers le filet. - Smash volley. ----- - attraper la balle après un rebond.
2  2x2  2 contacts	- Service. - Attraper la balle . - Courir vers le filet. - Passer à son partenaire. - Smasher la balle. ----- - Attraper la balle.	- Service en lancer haut à une main. - Attraper la balle après un rebond. - Courir vers le filet - Lancer/manchette vers son partenaire. - Attraper la balle de son partenaire et smasher. ----- - Attraper la balle après un rebond	- Service en frappe haute ou basse. - Attraper la balle sans rebond - Courir vers le filet - Lancer/passe la balle vers son partenaire. - Smasher la balle en sautant. ----- - Attraper la balle après un rebond.
3  2x2  3 contacts	- Service - Attraper la balle et la lancer à son partenaire au filet. - Attraper la balle de son partenaire et la lui relancer. - Smasher. ----- - Attraper la balle après un rebond.	- Service par frappe en-dessous. - Attraper la balle sans rebond. - Lancer la balle vers son partenaire au filet. - Attraper-lancer la balle vers son partenaire. - Attraper-lancer-smasher la balle. ----- - Attraper la balle après un rebond.	- Service par frappe au-dessus. - Manchette-attraper-lancer la balle à son partenaire au filet. - Passe haute. - Smasher la balle en sautant. ----- - Attraper la balle après un rebond.
4  2x2  3 contacts	- Service - Réception - Passe - Smash ----- - Défense	- Service par frappe au-dessus. - Manchette vers son partenaire. - Attraper-lancer-passer la balle à son partenaire. - Smasher en sautant. ----- - Attraper la balle après un rebond. - Volleyball.	- Service par frappe au-dessus. - Manchette. - Passe. - smash sauté. ----- - Volleyball.

Doit se jouer sur terrain de 6m x 6m avec un filet adapté à la taille des enfants. Peut se jouer sur des terrains de 4.5m de large en échauffement avec un peu d'imagination. Le plus petit de tous doit pouvoir aussi attaquer de haut en bas sans rendre la tâche trop facile au plus grand. Après une construction, il faut créer un après avec les partenaires qui n'ont pas joué et qui attendent dans le fond si plus que 4 joueurs.