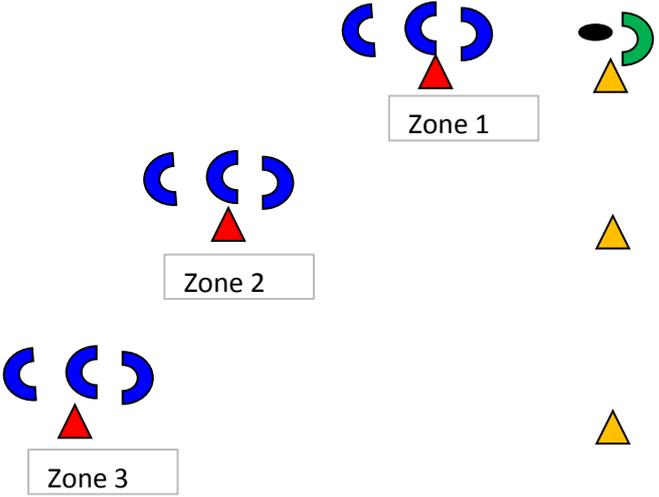


<p><b><u>BUT DE LA SITUATION :</u></b> Touche.</p>	<p><b><u>SCHEMA :</u></b></p> 
<p><b><u>ORGANISATION :</u></b> 1 à 3 blocs de sauts, 1 à 3 lanceurs. Ballons et plots.</p>	
<p><b><u>CONSIGNES:</u></b> Enchaîner les lancers sur les 3 zones différentes de sauts. On peut aussi fonctionner avec un seul bloc de saut qui se déplace avec le lanceur utiliser 3 lanceurs, chacun ayant sa zone de lancé.</p>	
<p><b><u>COMPORTEMENTS ATTENDUS :</u></b> Zone 1: le sauteur déclenche l'action et le lanceur lui place le ballon dans les mains. Saut dynamique pied parallèle, être gainé. Les lifteurs doivent passer saut le sauteur et utiliser au maximum leurs jambes, ils doivent également avoir leurs appuis sous le sauteur. Zones 2 et 3: On joue à l'interception (dès que le lifteur arrière déclenche, le lanceur envoie le ballon et le sauteur intercepte le ballon).</p>	
<p><b><u>VARIABLES:</u></b> - Opposer 2 équipes en touche complète ou réduite (les joueurs se regroupent peu avant pour définir une stratégie et ils jouent une touche avec une opposition réelle, 5 ballons en attaque et 5 ballons à contrer en défense).</p>	