

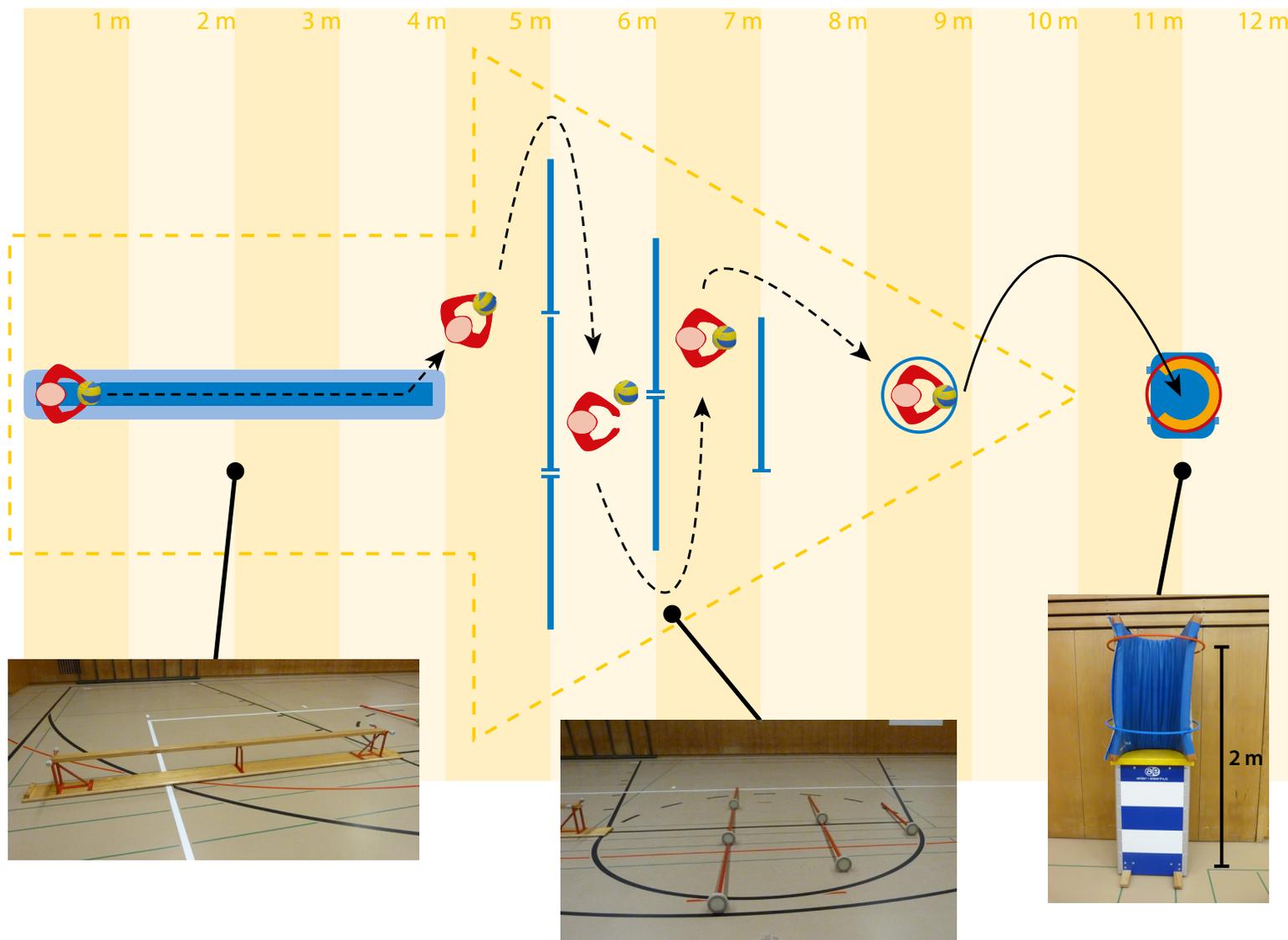
Journée Kids Volley Parcours niveau 1

Liste de matériel

- 1 banc suédois (retourné)
- 6 poteaux (à défaut, des cordes)
- 1 cerceau
- 1 cylindre (1 tapis et 2 cerceaux)
- 1 plinth avec 5 éléments
- 1 ballon kids Mikasa SK V5

Règles

- En cas d'erreur, la tentative n'est pas valable, autrement dit, tout le parcours doit être répété.
- L'organisateur du tournoi fixe le nombre maximal de tentatives pour sa Journée Kids Volley.



Départ: faire toute la longueur du banc suédois en équilibre, en portant le ballon

En portant le ballon, faire un slalom entre les poteaux, faire rebondir 5x le ballon (à une ou deux mains) dans le premier intervalle

Poursuivre jusqu'au cerceau

Depuis le cerceau: lancer le ballon des deux mains par le bas dans le cerceau supérieur du cylindre (2 m de haut)
→ 2 tentatives, 1 réalisation requise

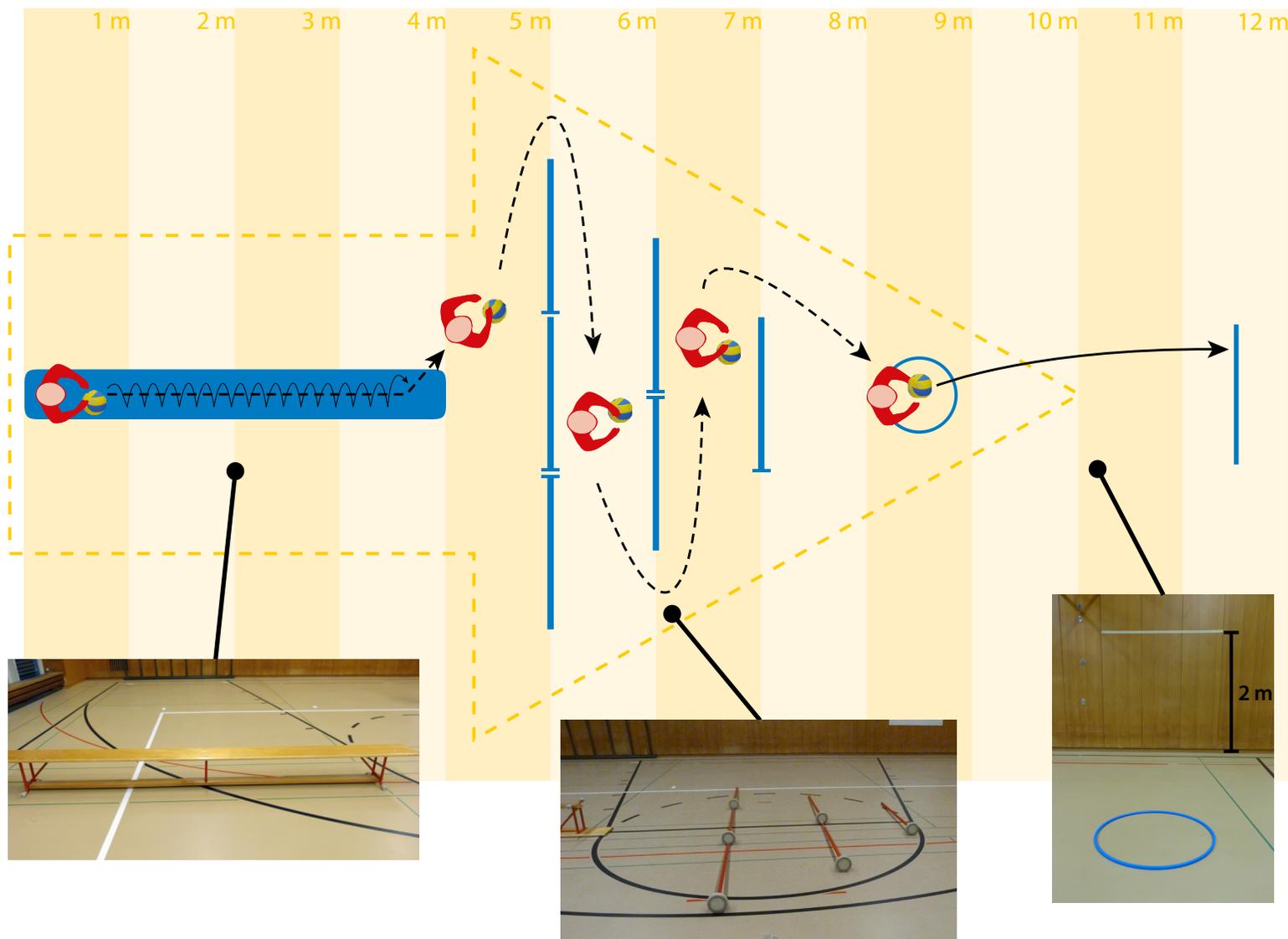
Journée Kids Volley Parcours niveau 2

Liste de matériel

- 1 banc suédois (à l'endroit)
- 6 poteaux (à défaut, des cordes)
- 1 cerceau
- 1 ligne contre la paroi à 2 m de haut
- 1 ballon kids Mikasa SK V5

Règles

- En cas d'erreur, la tentative n'est pas valable, autrement dit, tout le parcours doit être répété.
- L'organisateur du tournoi fixe le nombre maximal de tentatives pour sa Journée Kids Volley.



Départ: faire toute la longueur du banc suédois en dribblant avec le ballon

Slalomer entre les poteaux en déplacement latéral tout en dribblant d'une seule main

Du cerceau au sol (un pied dans le cerceau), faire un service par le bas contre la paroi au-dessus de la ligne des 2 m

Rattraper le ballon **directement** après le rebond contre la paroi
→ Il est autorisé de quitter le cerceau pour rattraper le ballon
→ 2 tentatives, 1 réalisation requise

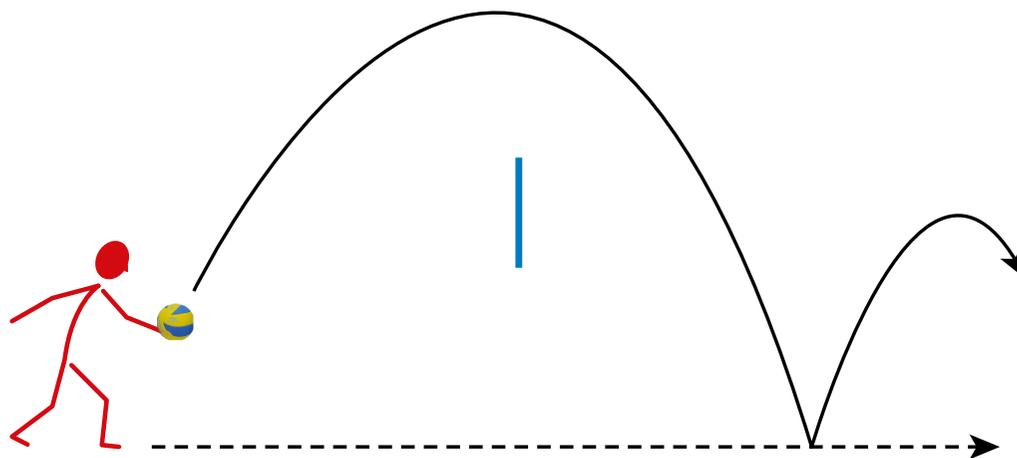
Journée Kids Volley Parcours niveau 3

Liste de matériel

- Terrain kids volley avec filet
- 1 ballon Mikasa SV-2 School (ou Mikasa MVA 123 SL)

Règles

- En cas d'erreur, la tentative n'est pas valable, autrement dit, tout le parcours doit être répété.
- L'organisateur du tournoi fixe le nombre maximal de tentatives pour sa Journée Kids Volley.

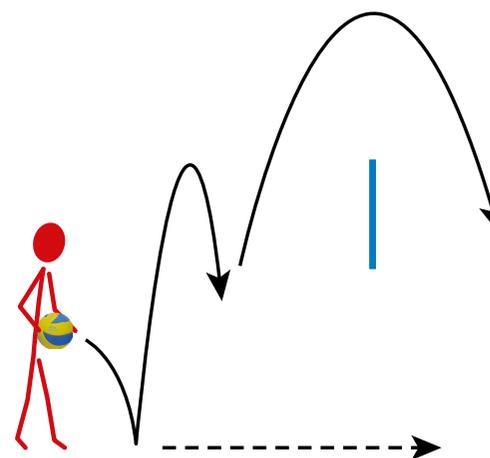


Exercice 1

Service par le bas par-dessus le filet. La distance peut être choisie librement.

Suivre le service et rattraper le ballon dans l'autre camp après le 1^{er} rebond.

Idem dans l'autre sens (retour au point de départ).



Exercice 2

De profil près du filet: faire rebondir le ballon au sol → manchette latérale par-dessus le filet.

Suivre la manchette et rattraper le ballon dans l'autre camp **avant** le rebond.

Idem dans l'autre sens (retour au point de départ).

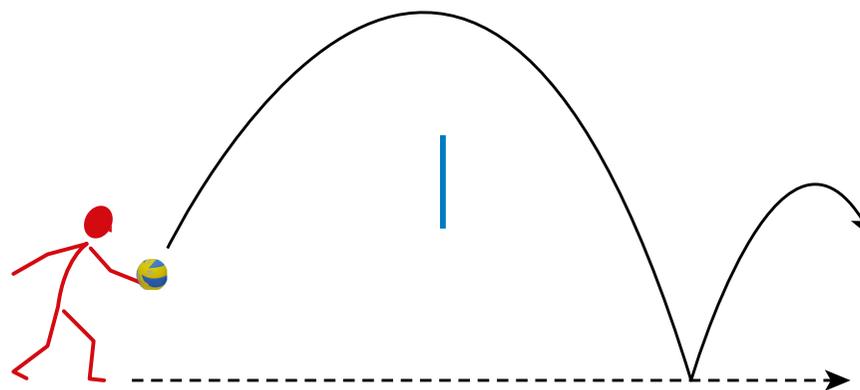
Journée Kids Volley Parcours niveau 4

Liste de matériel

- Terrain kids volley avec filet
- 1 ballon Mikasa SV-2 School (ou Mikasa MVA 123 SL)

Règles

- En cas d'erreur, la tentative n'est pas valable, autrement dit, tout le parcours doit être répété.
- L'organisateur du tournoi fixe le nombre maximal de tentatives pour sa Journée Kids Volley.

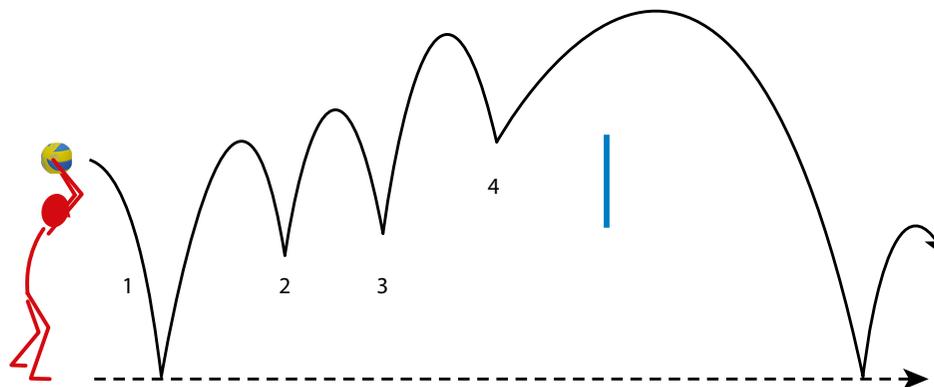


Exercice 1

Derrière la ligne de fond: service par le bas par-dessus le filet.

Suivre le service et rattraper le ballon dans l'autre camp après le 1^{er} rebond.

Idem dans l'autre sens (retour au point de départ).



Exercice 2

Départ derrière la ligne de fond

Faire rebondir le ballon (1) → manchette (2) → mouvement rattraper-lancer type manchette (3) → passe par-dessus le filet (4)

Suivre le service et rattraper le ballon dans l'autre camp après le 1^{er} rebond.

Exercice 3

Départ derrière la ligne de fond

Faire rebondir le ballon (1) → manchette (2) → mouvement rattraper-lancer type passe (3) → passe par-dessus le filet (4)

Suivre le service et rattraper le ballon dans l'autre camp après le 1^{er} rebond.