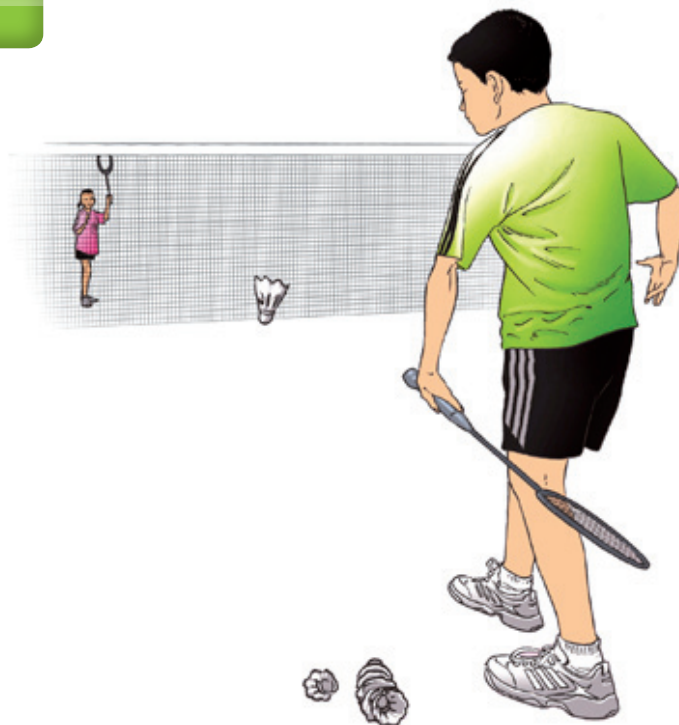


## Le multi-volants

MANIABILITÉ



### Objectifs

Produire des trajectoires variées en conservant une gestuelle identique.  
Varier le rythme des frappes pour produire différentes vitesses de volant.

### But pour l'enfant

Viser des cibles variées en frappant le volant en main haute.

### Organisation pédagogique

#### Le groupe :

- Par groupe de 2.
- Les groupes fonctionnent en autonomie : un relanceur et un joueur.

#### Le matériel :

- 1 terrain. Le filet est à 1m40.
- 1 raquette par joueur.
- 10 volants par groupe.
- 1 cible à atteindre : zone fond de court adverse (1/3 du terrain).

### Consignes

Le serveur effectue des services hauts et longs.  
Il dispose de 10 volants.  
Le joueur se place devant la ligne de service long de double.  
Il se place de profil, sa raquette est tirée derrière. Il tente de marquer le plus de points possibles en envoyant le volant dans la zone arrière en passant par-dessus le serveur.  
A la fin de chaque série, les enfants ramassent les volants et changent de rôle.

### Variables

- Varier les cibles en restant sur des grandes cibles (le terrain est divisé en 3) :
- Zone avant pour l'amorti.
- Zone avant pour le smash en enlevant le filet.
- Zone centrale pour le smash (avec le filet).
- Cibles placées sur l'autre demi terrain pour produire des trajectoires croisées.

### Veiller à

- Tenir la raquette en prise universelle.
- Se placer sous la trajectoire du volant.
- Frapper le volant haut et devant l'épaule en avançant.
- Rechercher une amplitude gestuelle au début de l'apprentissage. Insister sur la mobilisation du poignet en fin de geste et le relâchement.
- Garder un coude libéré et frapper loin du corps.
- Utiliser le bras non raquette dans la visée et l'engagement de la frappe.
- Varier les rythmes de frappes tout en conservant une gestuelle identique (dégagement / amorti / smash).
- Varier l'orientation du tamis pour produire des trajectoires variées (travail de la main).