

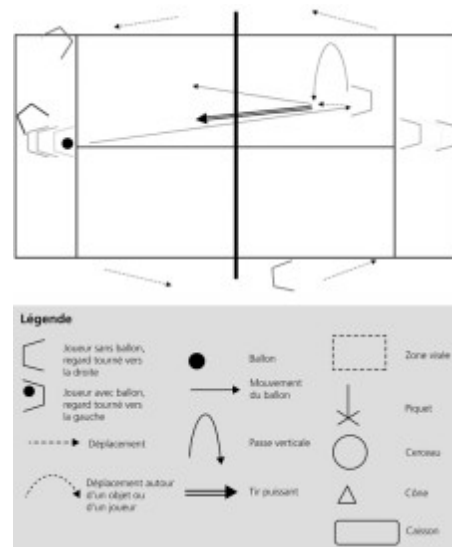
Futnet – Formes de jeu: Table tournante

Cet exercice améliore la concentration puisque le joueur n'a pas le droit à l'erreur.

Sur un ou plusieurs terrains, former deux colonnes placées de part et d'autre du filet. Le premier joueur d'une colonne sert sur le joueur de la colonne d'en face. Celui-ci a le droit de contrôler le ballon une fois avant de le renvoyer dans les limites du camp adverse. Il peut aussi jouer sans contrôle.

Une fois leur action exécutée, les joueurs se rendent en courant à l'arrière de la colonne d'en face et attendent leur tour. Le jeu se poursuit jusqu'à ce qu'une faute soit commise. Le ballon est alors à nouveau engagé au moyen d'un service.

Tous les élèves débutent le jeu avec un «capital vie» de cinq. A chaque fois qu'ils commettent une faute, ils perdent une «vie». Lorsqu'ils n'en ont plus, ils sont éliminés du jeu. Les deux joueurs restants disputent une finale jusqu'à deux points.



Cliquer sur l'illustration pour l'agrandir.

Variantes

plus facile

- Possibilité de contrôler le ballon une fois avec les mains.

plus difficile

- Limiter à un rebond maximum.

Règles

- Au maximum deux rebonds non consécutifs autorisés avant de passer le ballon dans le camp adverse.
- Au maximum deux touches de ballon autorisées par joueur.
- Après le service, le ballon doit rebondir une fois dans le camp adverse avant de pouvoir être joué.
- Dans ce jeu, la ligne de service est aussi celle de fond.

Source: Baptiste Jaquet, Bastien Vonlanthen



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO