

COMITE DE PROVENCE COMMISSION SPORTIVE

| Exercice pour attaquer l'espace | | Niveau 2 & 3 |
|---|--|---|
| <p>Objectif(s) de l'Éducateur</p> <p>Améliorer la qualité d'évitement du joueur</p> | <p>Comportements attendus</p> <p>Attraper le ballon a deux mains et lever la tête pour voir l'espace .Changer de direction et de rythme de course</p> | |
| <p>Dispositif :</p> <p>Groupe: 6 mini 12 Maxi</p> <p>Espace: 5 M sur 10 M</p> <p>Temps: 15mn</p> <p>Matériel: 8 cônes</p> | | <p>Consignes:</p> <p>Deux passeurs fixes aux plots bleus plus un joueur bleu qui fait la navette entre deux plots jaunes espacé de 5 mètres. le joueur rouge doit réceptionner le ballon que lui envoi le premier passeur fixe et doit le passer au second passeur fixe. Sans toucher le joueur qui court entre les plots jaunes</p> <p>Critères de réussite :</p> <p>Passer sans toucher le joueur qui fait la navette</p> |
| | | |
| POUR EVALUER- REGULER | | |
| <p>COMPORTEMENTS OBSERVES</p> <p>Les joueurs font malgré la faible distance des passes vissés</p> | <p>INTERVENTIONS POSSIBLES</p> <p>Insisté sur la difficulté de réception de ce type de passes lorsque l'on est très proche .</p> | |
| POUR FAIRE EVOLUER LA SITUATION | | |
| <p>VARIANTES</p> <p>Diminuer l'espace du couloir (5 mètres puis 4 m puis trois) pour augmenter la difficulté.</p> <p>Mettre les passeurs fixe plus près du couloir ou le joueur fait sa course navette afin de limité le temps de réaction du porteur</p> <p>Dans le même couloir rajouté un autre joueur qui fait la navette</p> <p>Demander au joueurs qui fait la navette d'augmenter sa vitesse de course.</p> <p>L'exercice doit a la fin être réalisé a vitesse maximale</p> | | |