

Amélioration technique du jeu déployé

Echauffement

Objectif(s) de l'Educateur

Améliorer techniquement le jeu déployé

Comportements attendus

Pour tous

Prendre l'espace
Avoir le bassin face à l'en-but.(course droite)
Prendre de la profondeur

Pour le passeur

Le regard précède la passe (voir les mains du récepteur)
Servir très légèrement devant le porteur afin que ce dernier accélère a la prise de balle

Pour le recepionneur

Etre attentif au ballon_Bras semi tendus, doigts écartés, rotation du buste pour aller chercher le ballon, aller chercher le ballon avec le main extérieure.(donnez une cible)
Pied extérieur en avant à la réception, Allez plus vite que celui qui me donne le ballon (couper le trajectoire du ballon)

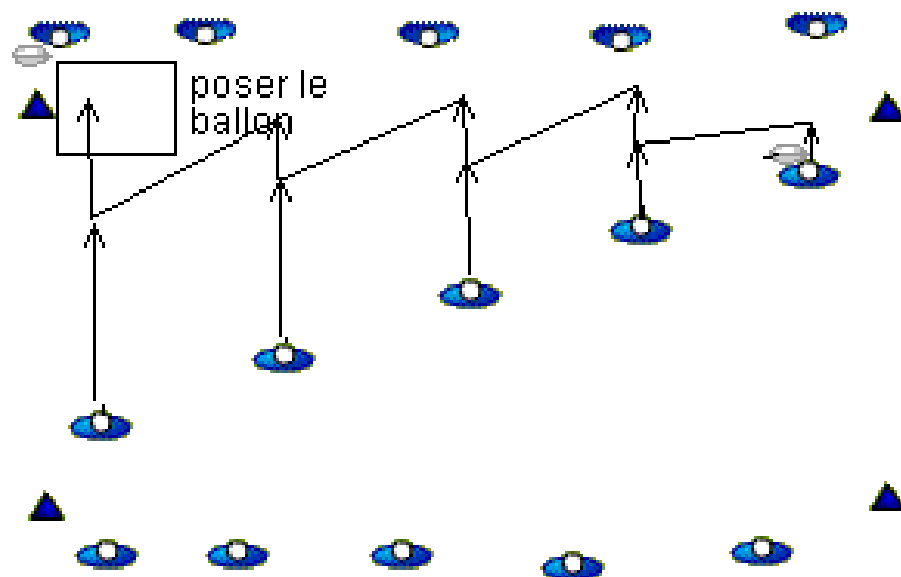
Dispositif :

Groupe: 3 ou 4 lignes de 5 joueurs

Espace:20 a 30 M (selon niveau) de Large pour 25 m de long

Temps: 20mn

Matériel: 4 cônes 1 ballon



Consignes:

1 avance donne a 2 qui donne a 3 jusqu' a 4 qui dépose le ballon dans le carré .la ligne opposée ramasse a son tour le ballon et fait de même. pensez a changer le sens de déplacement du ballon afin de travailler les deux cotés de passes.

Critères de réussite :

Pas de ballons tombés
Passe « propre »
Notion « Mettre mes mains dans ses mains »
ATTENTION selon la distance les passes vissés ne sont pas obligatoires.
Passes proches : les deux mains poussent le ballon
Passes vissés : une main fait tourné le ballon une main donne la direction
On lâche le ballon lorsque l'on a les bras parallèles au sol

POUR EVALUER- REGULER

COMPORTEMENTS OBSERVES

Joueurs a plat voir devant le ballon(pas de prise de profondeur)

INTERVENTIONS POSSIBLES

→ donner un « timing » de démarrage : lorsque le joueur qui me précède démarre sa course je compte jusqu' a trois avant de me mettre en action

POUR FAIRE EVOLUER LA SITUATION

VARIANTES

Possibilités de définir des couloirs voir des portes
Réduire la longueur du terrain
Utiliser un petit ballon voir une balle de tennis

EFFETS RECHERCHES

Garder une course droite
travailler la vitesse du haut du corps (ballon doit allez vite)
Travail sur l'attention du receptionneur