

FICHE EXERCICE N° FIX/1

Nom de la situation : Fixation SANS REGROUPEMENT.	Etape ou Niveau : Effectif Réduit
<p>Objectif(s) : Assurer la continuité du mouvement qui avance en évitant le blocage.</p>	<p>Règles :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conformes à la catégorie
<p>Dispositif :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Effectif : par groupe de 3. • Terrain : <ul style="list-style-type: none"> ○ Largeur et profondeur : 5 à 8 m. • Temps : 15' à 20' • Matériel : 1 ballon, 3 boucliers, 5 plots, 2 cônes 	<p>Consignes :</p> <p>Pour les Utilisateurs, ne pas passer « en force »,</p> <p>Pour les Opposants, ne pas jouer le ballon, changer le dispositif à chaque passage, mais rester positionnés (ne pas se déplacer) à partir du lancement du jeu.</p>
<p>But :</p> <p>Eviter le frontal, attaquer l'adversaire sur ses points faibles.</p>	<p>Score :</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1 point si ballon conservé, • 3 pts si continuité du mouvement parfaitement réalisée.
<p>Mise en place :</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1 groupe « Porteur » placé en colonne dans une porte matérialisée par 2 cônes, • 1 groupe « Opposant », placé en triangle « obtus large » (1 + 2) à partir du plot situé à 3 m. devant la porte. 	<p>Critères de réussite :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bonne observation du dispositif adverse, • Bon choix tactique collectif, • Contourner la pression adverse, • Protéger le ballon, • Soutien du porteur dans l'axe, et bien sur • AVANCER
<p>Lancement(s) du jeu :</p> <p>Le porteur du ballon lance le jeu en franchissant la porte que doivent emprunter également ses partenaires.</p> <p>Les Utilisateurs doivent avancer en évitant tout blocage (arrêt momentané du ballon).</p> <p>Nota :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dans un premier temps, les opposants sont munis de boucliers. • Dès que l'objectif est bien analysé, l'exercice peut être prolongé sans bouclier. 	<p>Comportements attendus :</p> <p><u>Porteur :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Leurrer la Défense en changeant les trajectoires de course (travail des appuis), • Attaquer son point faible. • Percuter-passer ou passer-percuter en protégeant le ballon des deux mains, <p><u>Soutiens :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Soutenir dans l'axe, puis • Intervenir latéralement en fonction de l'intention du porteur.

