

# COMITE DE PROVENCE COMMISSION SPORTIVE

<b>Atelier combiné contact et evitement</b>		<b>Niveau 2 &amp; 3</b>
<b>Objectif(s) de l'Éducateur</b>	<b>Comportements attendus</b>	
Améliorer la qualité d'évitement et d'attitude au contact du joueur	Attraper le ballon a deux mains et lever la tête pour voir l'espace .Changer de direction et de rythme de course Au contact des boucliers : jambes fléchies, dos plats ,protection du ballon .	
<b>Dispositif :</b>		<b>Consignes:</b>
<b>Groupe: 10 mini 14 Maxi</b> <b>Espace:5 M sur 15 a 20 M</b> <b>Temps: 15mn</b> <b>Matériel: 8 cônes plus quatre bouclier</b>		Deux passeurs fixes aux plots bleus plus un joueur rouge qui fait la navette entre deux plots jaunes espacé de 5 mètres. le joueur bleu 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 et en traversant un couloir de boucliers
		<b>Critères de réussite :</b> Passer sans toucher le joueur qui fait la navette Et rester compact et solide lors du franchissement du couloir de boucliers
<b>POUR EVALUER- REGULER</b>		
<b>COMPORTEMENTS OBSERVES</b>	<b>INTERVENTIONS POSSIBLES</b>	
Les joueurs font malgré la faible distance des passes vissés Le joueur chute ou rentre droit  Présente le ballon au bouclier Fait tomber le ballon au contact	Insisté sur la difficulté de réception de ce type de passes lorsque l'on est très proche Placer au moins un genou sous son corps Flechir le buste et les jambes Mettre son corps entre le bouclier et le ballon Garder deux appuis mini sur le ballon (une ou 2 mains + BUSTE )	
<b>POUR FAIRE EVOLUER LA SITUATION</b>		
VARIANTES		
Diminuer l'espace du couloir (5 mètres puis 4 m puis trois) pour augmenter la difficulté. Mettre les passeurs fixe plus près du couloir ou le joueur fait sa course navette afin de limité le temps de réaction du porteur Dans le même couloir rajouté un autre joueur qui fait la navette Demander au joueurs qui fait la navette d'augmenter sa vitesse de course. <b>L'exercice doit a la fin être réalisé a vitesse maximale</b>		