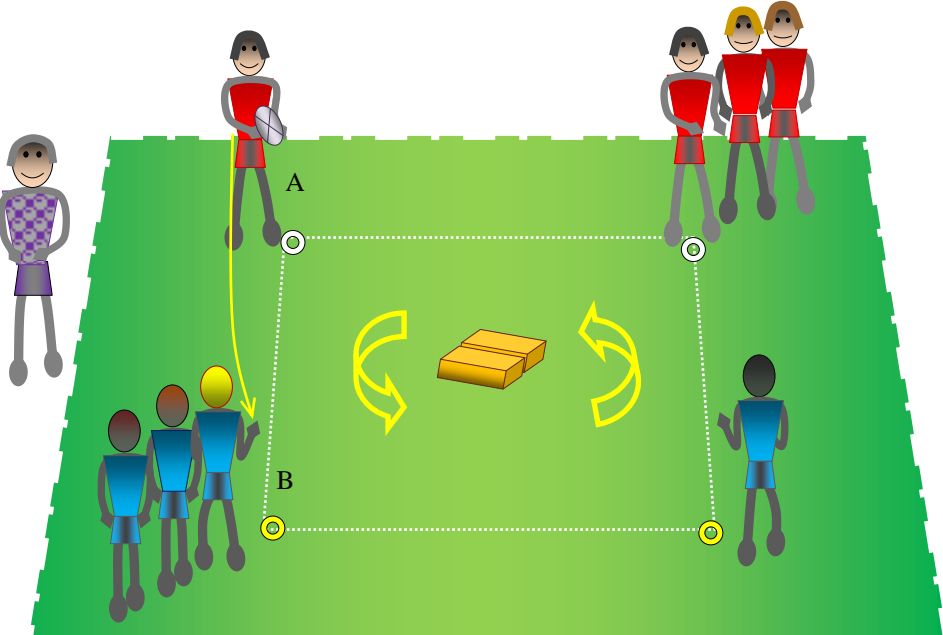


# FICHE EXERCICE N° CONT-SOL/1

<p><b>Nom de la situation :</b> Continuité du mouvement du ballon lors d'un passage au sol.</p>	<p><b>Etape ou Niveau :</b> Echauffement</p>
<p><b>Objectif(s) :</b> Assurer la continuité du mouvement lors d'un placage</p>	
<p><b>Dispositif :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Effectif : 4 (minimum) à 12.</li> <li>• Terrain : <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Carré de 5 à 8 m. de côté</li> </ul> </li> <li>• Temps : 10' à 15'</li> <li>• Matériel : 1 ballon, 2 ou 3 boucliers, 2x2 cônes (2 couleurs distinctes)</li> </ul>	<p><b>Règles :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Passe dans la continuité du mouvement.</li> </ul>
<p><b>But :</b> Assurer la transmission du ballon à un partenaire en étant plaqué.</p>	<p><b>Consignes :</b> Pour faciliter la compréhension du « sens du jeu », on peut annoncer que : - le joueur allant au sol, transmet toujours le ballon vers le joueur placé derrière le cône de même couleur. - et inversement pour le récepteur.</p>
<p><b>Mise en place :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Les cônes sont disposés en angles du carré, ainsi que le montre le dessin,</li> <li>• Sur une diagonale, 2 joueurs se font face, dont 1 Porteur du ballon,</li> <li>• Sur l'autre diagonale, 2 groupes se font face.</li> <li>• 2 ou 3 boucliers sont placés en protections côte à côte au centre du dispositif, sur la diagonale des groupes .</li> </ul>	<p><b>Score :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sans objet (Travail analytique)</li> </ul>
<p><b>Lancement(s) du jeu :</b> Le porteur du ballon lance l'exercice en transmettant le ballon au premier joueur du groupe voisin (à droite ou à gauche), puis se déplace en fin de colonne de ce groupe. Le récepteur se couche sur les protections, en simulant être plaqué, et <u>dans le mouvement</u>, se tourne, dans le sens du jeu, vers le joueur isolé, lui transmet le ballon, puis se replace rapidement vers le cône opposé, inoccupé. Et ainsi de suite.</p>	<p><b>Critères de réussite :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Prises de repères pour le sens du jeu, et le positionnement dans le collectif,</li> <li>• Maîtrise des problèmes affectifs (Appréhension du contact avec le sol)</li> <li>• Gainage et coordination tronc-membres,</li> <li>• Repositionnement dans l'espace,</li> <li>• Technique de la passe (trajectoire, impulsion),</li> <li>• Rapidité d'exécution.</li> </ul> <p><b>Comportements attendus :</b> <u>Général :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Positionnement et repositionnement,</li> <li>• Rapidité d'exécution.</li> </ul> <p><u>Porteur :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Port de balle à deux mains, au niveau du torse, y compris lors de la chute,</li> <li>• Pivoter en chutant dans le sens de la passe,</li> <li>• Passe basket à deux mains, après stabilisation.</li> </ul> 