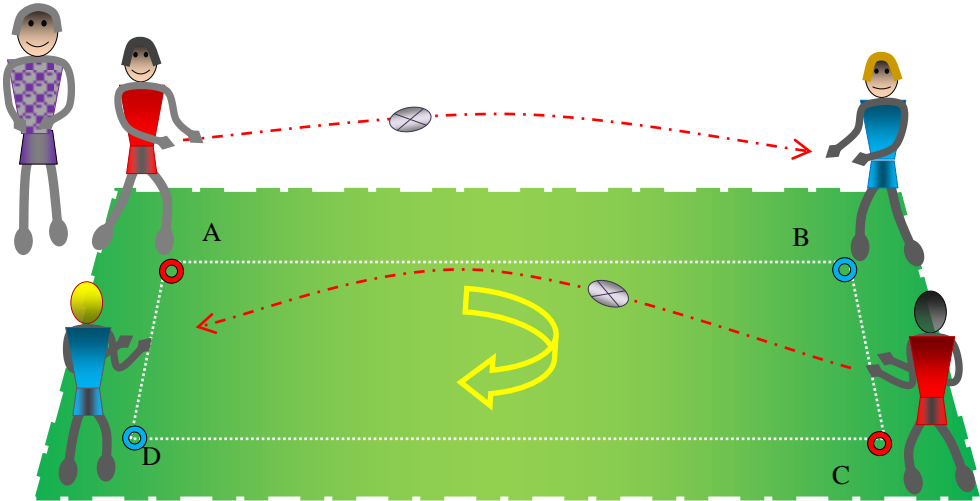
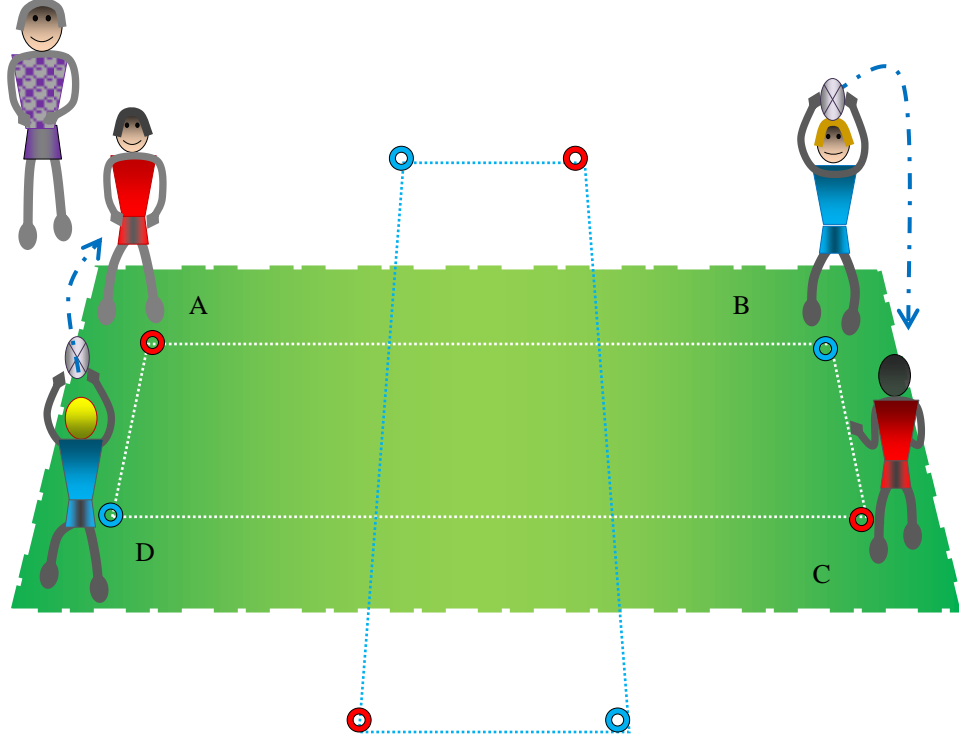


FICHE EXERCICE N° TECH-PASSES/RÉCEPTION

Nom de la situation : Perfectionnement technique de la Passe et de la Réception		Etape ou Niveau : Echauffement
<p>Objectif(s) : Améliorer la technique de la Passe et de la Réception du Ballon.</p>		<p>Règles :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sans objet (travail analytique)
<p>Dispositif :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Effectif : Groupes de 4 à 8. • Terrain : <ul style="list-style-type: none"> ○ Rectangle de 5x10 à 22 m. • Temps : 10' à 15' • Matériel : 2 ballons, 4 plots (2 couleurs) • Eventuellement 2 jeux de chasubles 		<p>Consignes : Départ simultané : Coordination des lancers (conserver un même rythme par l'observation de la progression de l'autre ballon)</p>
<p>But : Assurer la transmission et la réception du ballon sur passes longues ou courtes.</p>		<p>Score :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sans objet (Travail analytique)
<p>Mise en place :</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1 joueur placé à chaque coin du rectangle, • Les couleurs des chasubles étant « panachées ». 		<p>Critères de réussite :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Concentration, • Position des appuis, • Précision du geste, • Coordination des membres
<p>Lancement(s) du jeu : Les joueurs se font des passes successivement sur le grand et le petit côté, et dans le même sens :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Passe tendue sur le grand côté • Passe libre (tendue, volleyée ou lobée sur le petit côté. <p><u>Evolution :</u> Un autre atelier en perpendiculaire</p> <p>Evolution : Moduler la difficulté de l'atelier en jouant sur les distances. Travailler différents types de passes (ou de lancers) Peut être utilisé pour le travail des lanceurs en touches.</p>		<p>Comportements attendus :</p> <ul style="list-style-type: none"> • <u>Réception :</u> <ul style="list-style-type: none"> • Regard concentré sur le ballon, • Mains tendus vers le ballon, • Appuis avant sur la jambe opposée au passeur du ballon. • <u>Passes :</u> <ul style="list-style-type: none"> • Regard tourné vers le récepteur, • Rotation du tronc, • Mains accompagnant le ballon, • Appuis avant sur la jambe opposée au récepteur.