



Public ciblé	Benjamins	Minimes	Cadets	Juniors
--------------	-----------	---------	--------	---------

Compétence	C1 Utiliser la notion d'affrontement	C2 Maîtriser la motricité du lancer	C3 Jouer en partie officielle	C4 Gérer sa condition mentale et physique
-------------------	--------------------------------------	-------------------------------------	-------------------------------	---

C2.4 Maîtriser la trajectoire du lancer de précision

C242 .3 Objectif Ce qu'il y a à apprendre	Maîtriser la technique de point en ¾ de portée
---	---

<p>BUT DE LA TACHE Ce qu'il y a à faire</p> <hr style="border-top: 1px dashed black;"/> <p>DISPOSITIF : ORGANISATION ET AMENAGEMENT</p>	<p>Passer par dessus la barre et s'arrêter avant la ligne verte</p> <p>3 boules par joueur, 6 rotations, (18 boules au total)</p> <div style="text-align: center;"> </div>
<p>CRITERES DE DE REUSSITE</p>	<p>Je passe par-dessus la barre et je m'arrête après la ligne verte = 0 point Je passe par-dessus la barre et je m'arrête avant la ligner verte = 1 point</p>
<p>CONSIGNES SUR LES MANIERES DE FAIRE Le comment faire</p>	<p>Je dois maîtriser la hauteur de mon lâcher (poignet) Je dois adapter la hauteur de la courbe (bras) pour bien doser Je maîtrise la rotation de la boule en donnant un effet rétro Je donne de l'impulsion après la flexion de mes jambes Je maîtrise la coordination</p>
<p>EVOLUTIONS</p>	<p>Deux contre deux, les jouent s'affrontent sur le jeu du morpion en jouant au point uniquement. Pour valider la boule pointée, le joueur devra annoncer la case qu'il veut remplir en tombant obligatoirement par-dessus la barre. Dans le cas contraire, la boule est annulée. La première équipe qui aligne 3 boules gagne la première manche.</p> <div style="text-align: center;"> </div> <p>Seconde évolution : les deux s'affrontent sur le jeu du morpion en pouvant pointer et tirer. La règle reste la même pour la validation d'une boule pointée.</p>