

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
------------	--------------------------------------	-------------------------------------	-------------------------------	---

C24 Maîtriser la trajectoire du lancer de précision : tomber dans une donnée ou zone d'impact choisie pour atteindre une cible

C243 Objectif

Ce qu'il y a à apprendre

Maitriser le LANCER DU BUT

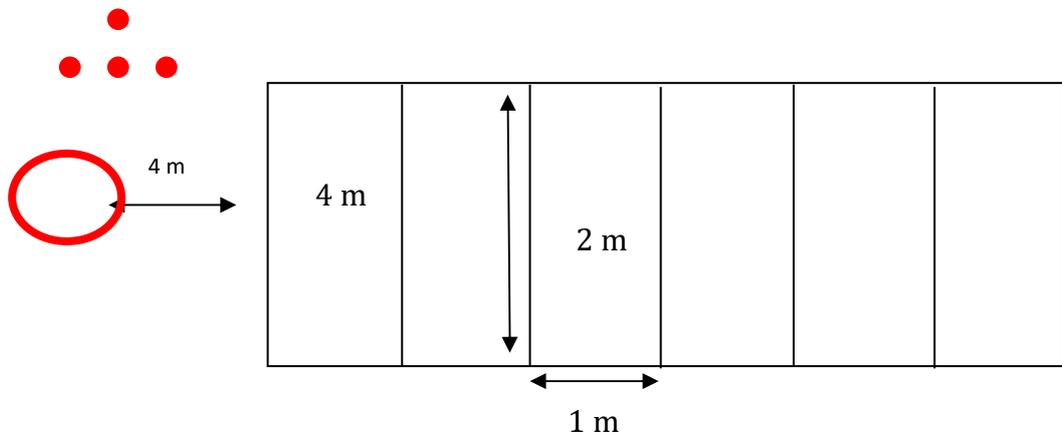
BUT DE LA TACHE

Ce qu'il y a à faire

Lancer un but à différentes distances

DISPOSITIF : ORGANISATION ET AMENAGEMENT
Ateliers pour 2-4 joueurs

Le but qui s'arrête dans la zone peut être remplacée par un petit plot



CRITERES DE DE REUSSITE

J'ai 12 lancers de but pour réussir à remplir chaque zone.

CONSIGNES SUR LES MANIERES DE FAIRE

Le comment faire

Je dois maîtriser la direction de mon lancer
Je dois maîtriser la hauteur de mon lancer
Je dois maîtriser la vitesse de mon lancer

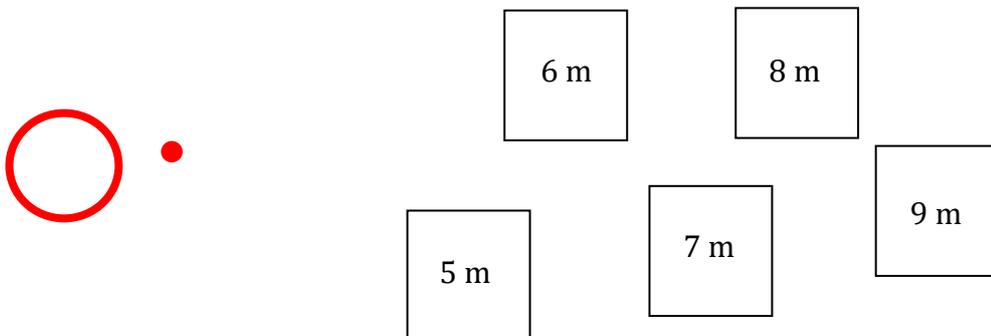
Evolution 1

Un contre un, les joueurs lancent alternativement un but dans la zone de leur choix.

Lorsqu'une zone est remplie, elle ne peut plus être annoncée.

Mon but s'arrête dans la zone annoncée = 1 point

Mon but s'arrête en dehors de la zone annoncée = 0 point



Evolution 2

Dans une partie, à chaque début de mène, l'équipe qui doit lancer le but annonce la distance à laquelle elle souhaite lancer le but. Une zone d'un mètre est définie (rectangle) autour de la distance annoncée.

Si le lancer est réussi, la mène se poursuit.

Si le lancer n'est pas réussi, l'équipe adverse peut à son tour annoncer une distance. Si elle réussit, la mène se poursuit.

Si le lancer n'est pas réussi, il revient à l'équipe qui doit initialement lancer le but de le poser à la main.