

LA PRISE D'INFORMATION

Observer le placement de ses coéquipiers

POSTES

Les avants
Les arrières

NIVEAUX

Débutant
Intermédiaire
Confirmé

CATEGORIES

Séniors
Jeunes

MATERIELS

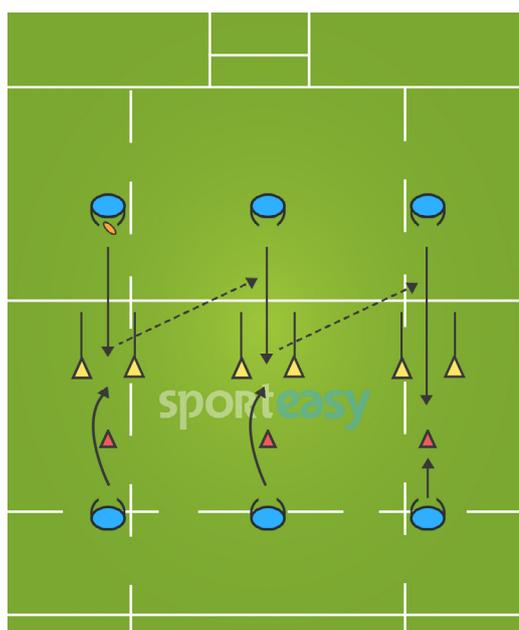
Ballons
Piquets
Chasubles
Plots

EXERCICES

Durée : 15 min

Mise en place :

- Pour un effectif de 6 joueurs: le groupe est divisé en 2 lignes de 3 joueurs.
- Les 2 lignes se font face. 10 m les séparent.
- 3 portes sont disposées à équidistance des 2 lignes de joueurs. Les portes sont modélisées par 2 piquets chacune.
- Un plot est placé à 2 m devant chacune des portes du côté de la défense.



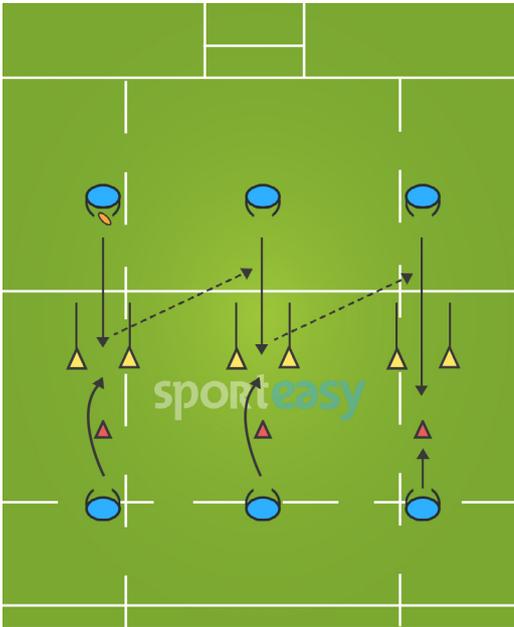
- > Déplacement du ballon
—————> Déplacement du joueur

Mise en place :

1. Au signal du coach, les 3 joueurs en défense avancent vers les portes.
2. Un des joueurs s'arrête au niveau du plot, et les 2 autres au niveau des portes.
3. Les attaquants progressent en passes. Ils doivent faire en sorte que le porteur de balle accède à une porte «libre».
4. Le porteur de balle doit s'engouffrer dans la porte. passes plus longues.

LA PRISE D'INFORMATION

Observer le placement de ses coéquipiers



- > Déplacement du ballon
- > Déplacement du joueur

Critères de réussite :

- Pour mieux observer, et ainsi faire le meilleur choix, le porteur de balle doit lever la tête au cours de son déplacement.
- La prise de décision ne doit pas freiner l'exécution.
- Les attaquants doivent prendre de la profondeur dans l'exécution des passes.
- La prise d'information ne doit pas altérer la qualité des transmissions des attaquants.