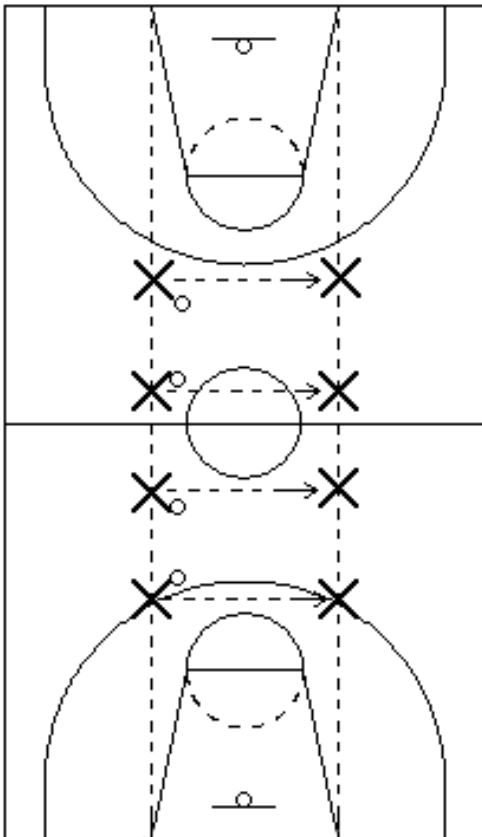


Thème : Fondamentaux offensifs

Objectifs :

La passe.



Consignes pédagogiques :

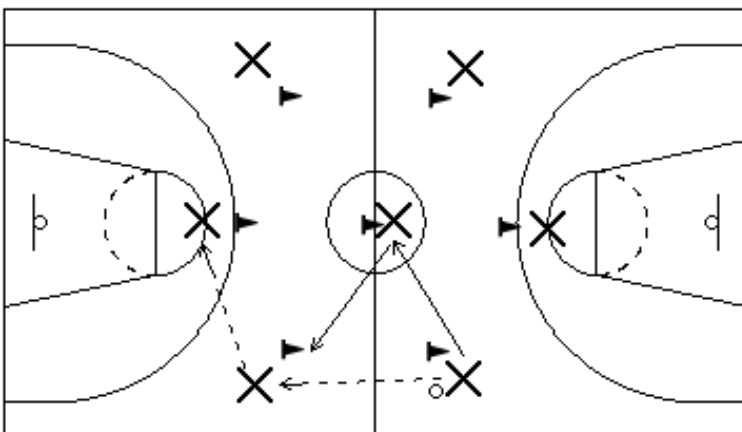
- Un ballon pour deux joueurs
- Les joueurs sont face à face
- Travail de passe
- Réception avec attitude d'agressivité offensive
- Mobile après la passe

Consignes techniques :

- Mobilité des appuis
- Bras tendu, doigt vers la cible
- Passe au niveau du torse
- Réception, bras fléchis, mains face au passeur
- Travail sur les différentes passes
 - . passe directe
 - . passe à terre (rebond à 2/3 de la distance entre les deux joueurs)
 - . passe excentrée (appuis du côté du bras, décalé et fléchi un bras tendu, doigt vers la cible)

Evolutions :

- Un ballon, sept cônes, un joueur par cône
- Le ballon tourne dans le sens des aiguilles d'une montre
- Après la passe, le joueur vient toucher le cône central et reprend l'espace libre



Consignes :

- Appel de balle.
- Passes tendues, bras en extension.
- Pivot engagé pour la passe directe.
- Pivot effacé pour la passe décalée.