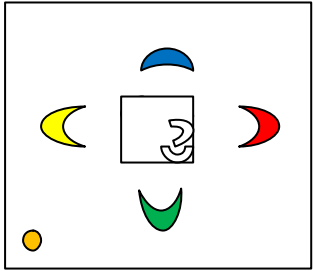


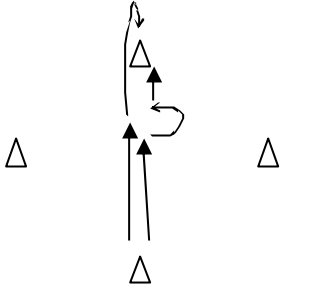
Règlement : Le tenu

Définition :

Un joueur plaqué et tenu au sol doit immédiatement passer ou lâcher le ballon.

Plaqueur et plaqué doivent s'éloigner du ballon : liberté de jeu.

S 1	Orientation			
Description	Terrain de 20*20 avec quatre en-but.	But	Aller marquer dans l'en-but de la couleur annoncée sans faire d'en avant.	
		Crit. Réussite	6 essais sur 10 passages	
		Consignes	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Le porteur va au sol en tenant son ballon à deux mains. Le contact avec le sol se fait sur le côté. ➤ Les soutiens à l'annonce de la couleur contournent le défenseur opposé. ➤ L'arbitre vérifie que le ballon est bien libéré dès que le porteur est au sol. 	
		Orga	Tous les deux passages un joueur défense est détaché par l'équipe pour arbitrer.	
Question			Evolution	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Introduire progressivement 2, 3, puis 4 défenseurs. ➤ Modifier les types d'intervention du défenseur : ceinturer, plaquer, toucher une main... ➤ Autoriser une transmission dans le mouvement. ➤ Autoriser les défenseurs à contester le ballon (danger : fait rouler le ballon)
Gestion niveaux				

SE ①	Skill libération				
Description	<p data-bbox="193 315 536 383">Porteur au sol, libère. Soutien ramasse, soulève</p> 	But	Garder continuellement le ballon en vie en respectant les consignes de transmission.	Orga	<p data-bbox="1294 315 1544 371">4 joueurs sur chaque plot.</p> <p data-bbox="1294 405 1520 528">Si travail même partenaire penser à inverser les rôles tous les 4 passages.</p>
		Crit. Réussite	Arrêt du ballon bref (maxi 1 sec)		
		Consignes	<ul style="list-style-type: none"> <li data-bbox="695 528 1185 618">➤ Le porteur va au sol en tenant son ballon à deux mains. Le contact avec le sol se fait sur le côté. <li data-bbox="695 618 1185 707">➤ Le non porteur part avec du retard (plot repère), prend le ballon sur le côté en fléchissant ses jambes. 		
Question			Evolution	<ul style="list-style-type: none"> <li data-bbox="943 712 1544 745">➤ Anticipation de la course du joueur en attente. <li data-bbox="943 745 1544 801">➤ Modifier le type de transmission au sol : fait rouler, soulève. <li data-bbox="943 801 1544 857">➤ Introduire un opposant par ligne avec intervention modulable. <li data-bbox="943 857 1544 913">➤ Ajouter une ligne de travail supplémentaire. 	
Gestion niveaux					