

FICHE EXERCICE N° FIX/MAUL 1

Nom de la situation : Etude analytique du Maul : Attitude du Porteur	Etape ou Niveau : HxH
<p>Objectif(s) : Assurer la conservation du ballon lors d'un blocage et permettre son utilisation.</p>	<p>Règles :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conformes à la catégorie
<p>Dispositif :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Effectif : par groupe de 1x1. • Terrain : <ul style="list-style-type: none"> ○ largeur : 2 m maximum, par groupe ○ profondeur : 5 m. • Temps : 10' à 15' • Matériel : 1 ballon, 1 bouclier et 2 plots par groupe. 	<p>Consignes sécuritaires :</p> <p><u>Pour l'Opposant :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • rester debout, dans l'axe, • résister mais sans repousser, ni lâcher. <p><u>Pour les Utilisateurs :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • après percusson, se lier à l'Opposant, en saisissant le bouclier avec le bras côté contact (opposé au ballon).
<p>But : Acquérir l'attitude sécuritaire dans la phase de percusson.</p>	<p>Score :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sans objet, • Travail analytique.
<p>Mise en place :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Les joueurs de chaque groupe sont face à face, à environ 2 m. de distance. • L'Utilisateur tient le ballon en main, • L'Opposant, muni d'un bouclier écarte ses jambes pour permettre le passage du ballon 	<p>Critères de réussite :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualité de la Percusson, • Protection du ballon, • Ballon disponible, • AVANCER.
<p>Lancement(s) du jeu :</p> <p>L'Utilisateur se dirige vers l'opposant, fait rouler le ballon entre ses pieds et le contourne.</p> <p>L'Opposant se retourne et se met en posture de contact,</p> <p>L'Utilisateur, se jette sur le ballon, se relève sur ses appuis et vient au contact de l'Opposant.</p>	<p>Comportements attendus :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Percuter de bas en haut, avec l'épaule opposée au ballon, • Se « gainer » (tête, dos, bassin) pour rester dans l'axe, • Tenir et protéger le ballon des deux mains, à hauteur de l'abdomen, • Fléchir ses appuis, les écarter et progresser dans l'axe, à petits pas, pour ne pas être déséquilibré, • Présenter le ballon an niveau de la hanche, du coté opposé au contact.

