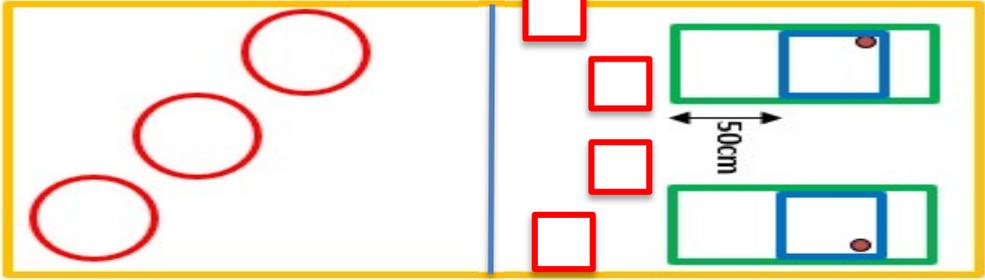


TITRE	TRAVAIL DÉBUT DE MENE		ATELIER POINT 1
Compétence	Utiliser la notion d'affrontement	Maitrise de la motricité	Jouer en partie officielle Adapter son mental
Public ciblé			Séniors Féminines
Niveau	<i>DECOUVERTE /INITIATION</i>		<i>PERFECTIONNEMENT/ENTRAINEMENT</i>
OBJECTIF(S) Ce qu'il y a à apprendre dans le contexte	Maîtriser la direction d'un lancer.		
BUT DE LA TACHE Ce qu'il y a à faire	<i>Pointer sans sortir du cadre de jeu</i>		
CONSIGNES SUR LES MANIERES DE FAIRE Le comment faire	Je dois adapter ma position dans le cercle de lancer Je dois adapter ma vitesse de bras Je dois maitriser ma coordination et la hauteur de mon lancer Je dois maîtriser la trajectoire Je dois maitriser ma sortie de main		
CRITERES DE REALISATION/OU DE REUSSITE	1 point : la boule tombe après le trait (séance 1-2 -3) dans la donnée (4-5-6) 1 point : la boule finit dans le cadre vert derrière le but ou sans respecter la donnée 3 points : la boule finit dans le cadre vert devant le but en respectant la donnée 5 points : la boule finit dans le cadre bleu en respectant la donnée		
DISPOSITIF : ORGANISATION ET AMENAGEMENT La ligne bleu se situe à mi-distance entre le but et le cercle. Séance 1 -2 -3 obligation de jouer après le trait. OBJECTIF : se rapprocher du but. Séance 4-5-6 tomber dans la donnée et marquer des points.	1 ^{er} Passage : 2 boules par distance en alternant but à gauche et but à droite (3 distances) Compléter au fur et à mesure le tableau des résultats. Distance 1 : 6.5m Distance 2 : 7.5m Distance 3 : 8.5m 		
	<div style="background-color: red; color: white; padding: 5px; text-align: center;"> Donnée imposée Choix du côté ou 1 boule dans chaque donnée </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> Dimension zone verte : largeur 50cm longueur 120cm Dimension zone bleue : carré 50cm Distance: 7m, 8m, 9m </div>	
Evolution	On peut imposer une boule dans chaque donnée. Selon le niveau et les progrès l'entraîneur peut positionner une boule avec objectif de reprendre le point.		