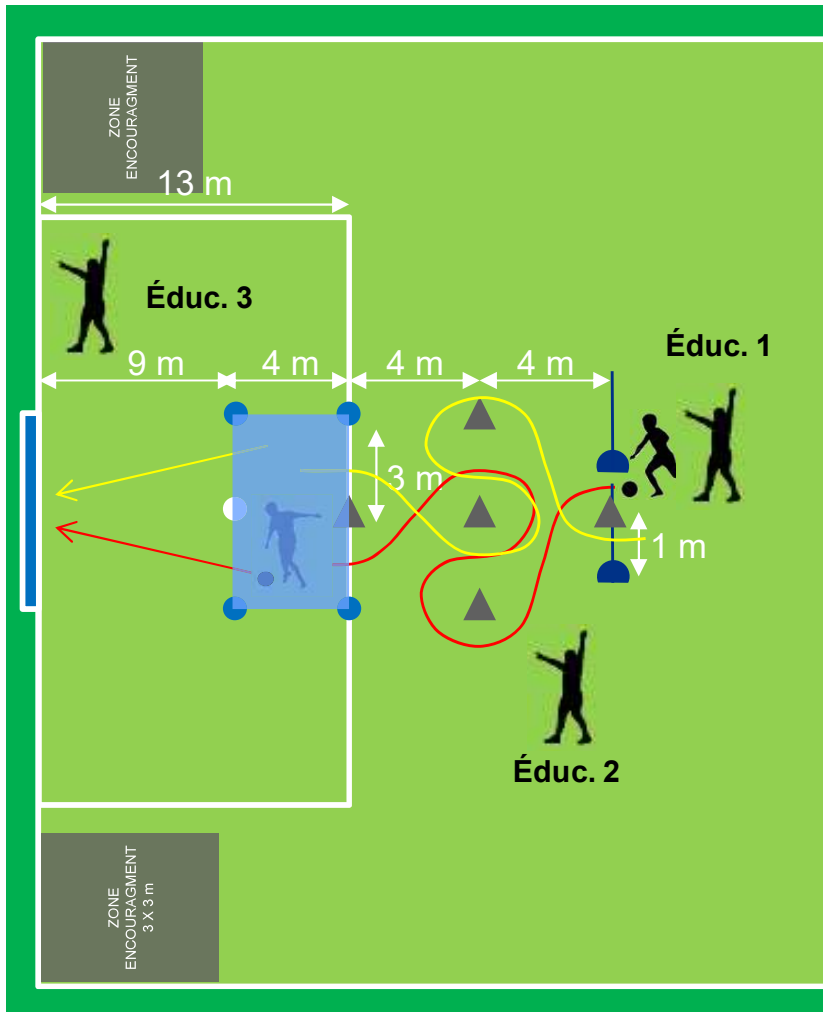


# 3.1 Descriptif des ateliers

## PHASE DEPARTEMENTALE – DEFIS CONDUITE



### Objectif :

Réaliser le meilleur temps possible en relais de 12 joueurs(ses).

### Déroulé de l'atelier :

Chaque équipe est évaluée sur le temps total des passages en continu.

Chaque joueur(se) doit réaliser une conduite de balle pour arriver dans la zone de frappe et effectuer un tir afin d'atteindre une des cibles de la bûche. Le côté de départ est au choix.

Le chronomètre démarre quand le 1er joueur débute la conduite de balle (passage de la ligne) et il s'arrête au moment du tir du dernier joueur. Le départ du joueur suivant est déclenché au moment de la frappe sur le ballon du précédent (l'éducateur lâche l'épaule du joueur). Une fois le passage terminé, le joueur doit se diriger en zone d'encouragement. Un joueur qui ne respecte pas le circuit doit revenir à l'endroit de l'irrégularité pour continuer le slalom.

### Légende

|  |                 |  |                      |
|--|-----------------|--|----------------------|
|  | départ gaucher  |  | zone de frappe       |
|  | départ droitier |  | zone d'encouragement |

### Temps bonus :

Si cible atteinte = -3 sec cible basse (1 rebond autorisé avant la cible) ou -10 sec cible haute sur le temps total. Pas de bonus si le tir est déclenché à l'extérieur de la zone de frappe.

### Éducateurs :

Educ.1 : chronométrage principal et gestion des départs (tenir par l'épaule le joueur en attente)

Educ.2 (resp. atelier) : démonstration, gestion des passages (respect du circuit) et chronométrage de secours

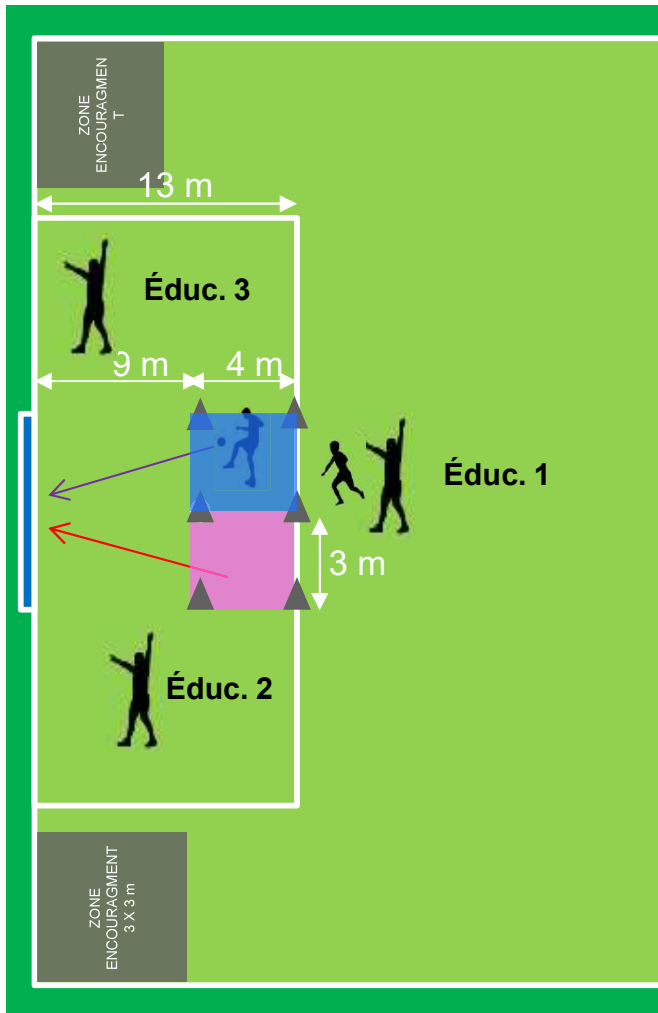
Educ.3 : prise de notes (comptabilisation des bonus, temps)  
gestion des ballons et des joueurs après le tir

### Si moins de 12 joueurs(ses) :

Tirage au sort sur le terrain au sein de l'équipe pour compléter le nombre de joueurs manquants afin d'arriver à 12 passages. Celui qui passe 2 fois, commence le relais et le termine.

# 3.1 Descriptif des ateliers

## PHASE DEPARTEMENTALE – DEFIS JONGLAGE



### Objectif

Réaliser le meilleur temps possible en relais de 12 joueurs(ses).

### Déroulé de l'atelier

Chaque équipe est évaluée sur le temps total de passages en continu. Chaque joueur(se) doit réaliser des jonglages en statique (30 pour les garçons et 15 pour les filles) dans la zone prévue à cet effet (au choix) et enchaîner une frappe de volée ou ½ volée ou au sol afin d'atteindre une des cibles de la bêche. Chaque joueur doit déclencher sa frappe après le nombre de jongles à atteindre ou une fois le ballon tombé au sol (pénalités). L'entrée du joueur suivant dans la zone est déclenché au moment de la frappe sur le ballon du précédent (l'éducateur lâche l'épaule du joueur). Une fois le passage terminé, le joueur doit se diriger en zone d'encouragement. Le départ se fait balle au sol (ou à la main pour les équipes filles), les 2 pieds sont autorisés (aucune surface de rattrapage), les jongles s'effectuent en posant le pied au sol avant chaque contact. Si 1 pied est posé à l'extérieur de la zone, les jonglages s'arrêtent.

### Légende

-  Tir gaucher
-  Tir droitier
-  Zone de jonglage pour gaucher
-  Zone de jonglage pour droitier
-  Zone d'encouragement

### Malus

+ 2 secondes par jonglage manquant (ex : 12 jongles au lieu de 30 = 18 manquants X 2 secondes)  
 + 5 secondes si le ballon est mis au sol pour le tir après les 30 jongles (garçons) ou les 15 jongles (filles)

### Bonus but (1 rebond maximum avant la bêche)

Si cible atteinte au choix, de volée ou ½ volée = - 10 secondes  
 Si cible atteinte au choix, frappe au sol = - 3 secondes  
 Pas de bonus si le tir est déclenché à l'extérieur de la zone de frappe

### Éducateurs

Educ.1 : chronométrage principal et gestion des départs (tenir par l'épaule le joueur en attente)  
 Educ.2 : démonstration, gestion des passages (comptage et respect du pied au sol entre chaque jongle) et chronométrage de secours  
 Educ.3 : prise de notes (comptabilisation des malus et bonus, temps) gestion des ballons et des joueurs après le tir

### Si moins de 12 joueurs

Tirage au sort sur le terrain au sein de l'équipe pour compléter le nombre de joueurs manquants afin d'arriver à 12 passages : celui qui passe 2 fois, commence le relais et le termine.