

LA PASSE AU CAPITAINE

Passes

A partir de : 12 ans

Effectif +/- :

12 minimum

Durée : 30 min

Lieu :

extérieur

Intérêts :

adresse pour lancer - réflexe - coordination - coopérer en équipe

Conseils

sécurité :

attention au terrain accidenté

Matériel :

un ballon - de quoi délimiter un terrain en deux parties - de quoi matérialiser six cercles au sol

Déroulement
/ Règles :

✚ **But du jeu** : se passer le ballon de joueurs en joueurs dans un ordre déterminé, en évitant l'interception par l'équipe adverse.

✚ Constituer deux équipes réparties dans deux camps séparés par une médiane. Dans chaque camp on trace 3 cercles de 2 m de diamètre. Les centres des cercles sont distants de 8 m.

Les joueurs portent différents noms :

✚ ceux qui sont placés à l'intérieur des cercles s'appellent les « bases » ;

✚ le « capitaine » se trouve toujours dans le cercle le plus éloigné de la ligne de séparation ;

✚ le joueur « centre » (un par équipe) peut se déplacer où il veut dans les deux camps ;

✚ les autres joueurs, appelé « gardes », se répartissent dans le camp adverse où ils se déplacent librement.

L'engagement se fait entre les deux centres, sur la ligne médiane. Les joueurs essaient ensuite de passer le ballon à une de leurs bases afin qu'elles le transmettent à son capitaine.

Marquage des points : 1 pts lorsque le capitaine reçoit le ballon d'une de ses bases - aucun point si le capitaine reçoit le ballon d'un de ses gardes ou de son centre.

faute entraînant un coup franc :

✚ pénétrer dans un cercle adverse (pour un garde ou un centre) ;

✚ saisir ou taper le ballon dans les mains d'un adversaire ;

✚ faire rebondir le ballon trois fois de suite ;

✚ courir avec le ballon ;

✚ donner un coup de pied dans le ballon ;

✚ tenir le ballon plus de trois secondes ;

✚ passer le ballon à son centre au lieu de le lancer.

Le coup franc est tiré par l'une des bases.

Variante :

-repos

Conseil :

le jeu repose sur des passes : on ne doit pas courir avec le ballon en main.

