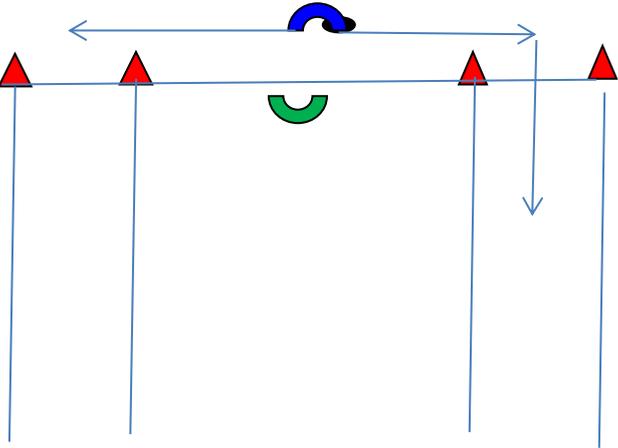


<p><b><u>BUT DE LA SITUATION :</u></b> Travail défensif centré sur le plaquage.</p>	
<p><b><u>ORGANISATION :</u></b> Deux couloirs de 3m de large et profond de 5 m. Une zone entre ces couloirs de 6m. Un opposant dans cette zone de 6m et en face de lui un utilisateur balle en main.</p>	
<p><b><u>CONSIGNES:</u></b></p> <p>Le défenseur reste face à l'utilisateur et se déplace en pas chassés. Il reste au cadrage du joueur (à l'intérieur du PB).</p> <p>Le PB décide dès qu'il le désire de lancer son attaque en pénétrant dans un des couloirs. Le défenseur doit donc le plaquer le plus vite possible aussitôt le PB dans le couloir. Raffut interdit.</p>	
<p><b><u>COMPORTEMENTS ATTENDUS :</u></b></p> <p>PB: déplacement + feinte+ changement de rythme.</p> <p>Défenseur: Déplacements pas chassés , regard sur le ballon, attitude agressive (pointes de pieds = prêt à avancer pour plaquer). Objectifs du def: - conserver les épaules et appuis le plus longtemps possible face au PB. -Engager son appuis dans la garde du PB.</p>	
<p><b><u>Variables:</u></b></p> <p>Autoriser le raffut pour le PB (le défenseur doit casser le plaquage).</p>	