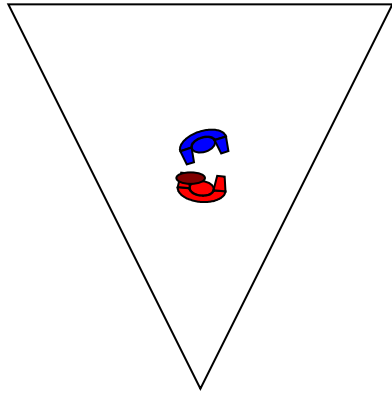


<b>Nom de la situation :</b> <b>SUMO ORIENTE</b>		Situation
<b>Objectif(s) de l'enseignant</b> améliorer les attitudes du porteur de balle au contact	<b>Règle(s) d'action/Attitude(s) à construire par les joueurs.</b> Rester équilibré. Dos plat et gainé. Bas sur les appuis (jambes fléchies). Ne pas s'opposer à une pression forte. Agir et réagir pour marquer	
<b>Dispositif :</b> <b>Groupe:</b> 1 contre 1 <b>Espace:</b> triangle de 5m de base et 7m de hauteur <b>Temps:</b> 15 minutes. <b>Matériel:</b> plots, ballons.		<b>Consignes, règles :</b> Les 2 joueurs restent debout. Interdiction de prendre l'adversaire sous le short. Le buste doit toujours rester en contact de l'adversaire.
<b>But :</b> Pour le porteur de balle marquer sur la base du triangle Pour le défenseur repousser l'attaquant en dehors du triangle		<b>Critères de réussite :</b> Le porteur de balle marque.
<b>Lancement du jeu :</b> Le joueur rouge au contact doit essayer de marquer, le défenseur bleu de sortir le rouge du triangle en défendant sa ligne.		
		
<b>POUR EVALUER- REGULER</b>		
<b>COMPORTEMENTS OBSERVÉS / OBSERVATIONS POSSIBLES</b>		
Dos rond, joueur debout. Joueur en déséquilibre.  Pas d'utilisation des appuis bas. Lutte frontale.	Centrer le joueur sur sa flexion de jambes. Centrer le joueur sur le placement de son dos. Maîtriser sa volonté de marquer Centrer le joueur sur sa volonté de garder l'initiative des actions.	
<b>POUR FAIRE EVOLUER LA SITUATION</b>		
<b>VARIANTES</b>		<b>EFFETS RECHERCHES</b>
Réduire l'espace de jeu. Partir ballon au sol Autoriser le plaquage		Développer les mécanismes d'action / réaction. Développer la vitesse d'organisation au contact Développer la maîtrise de l'équilibre