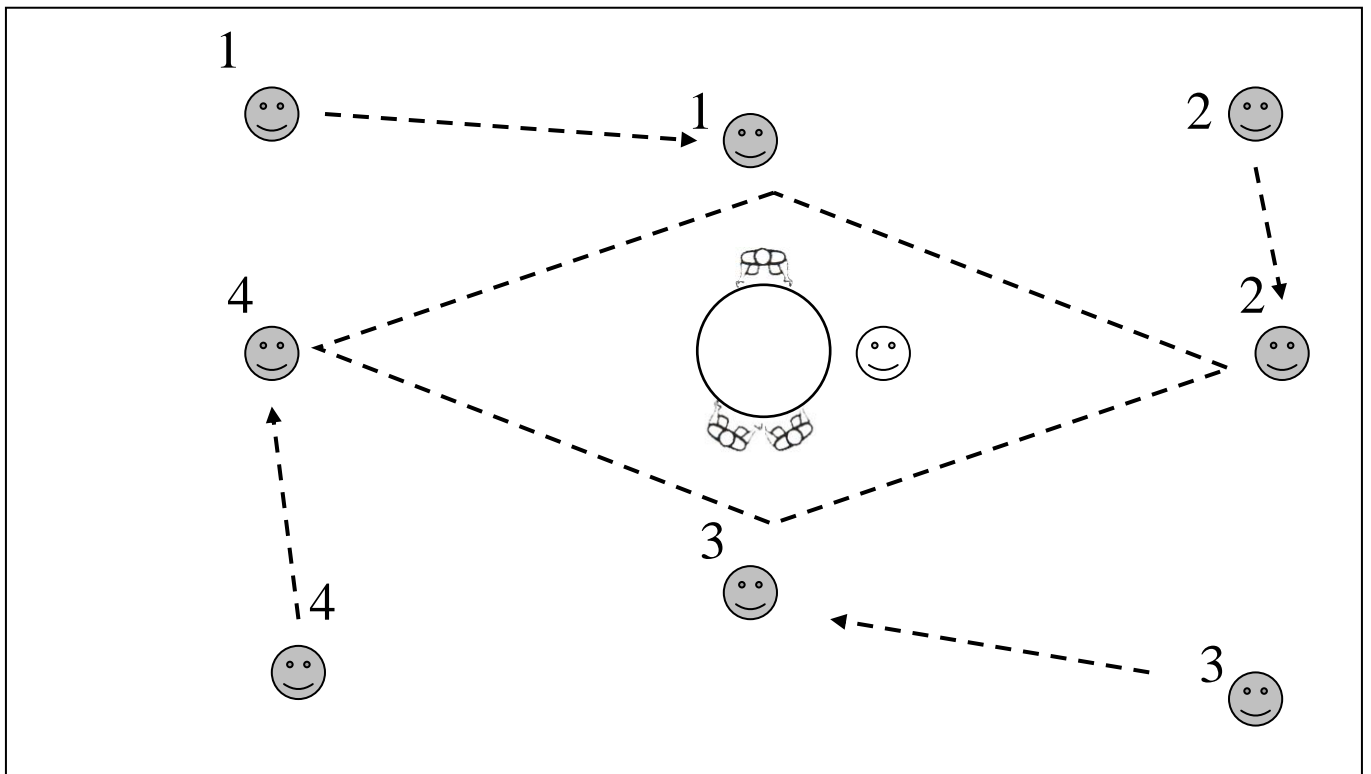


Plan de leçon #19

Objectif de la semaine : La position défensive collective en Diamant

L'objectif de cette semaine est un positionnement collectif défensif qui est aussi efficace que le carré que vous connaissez déjà. Cette technique est aussi une bonne introduction pour les élèves du secondaire en vue de leur montrer la défensive rapprochée.

Étant donné que vos participants auront sans doute développé des réflexes quant aux endroits où frapper sur le terrain (*Plan de leçon #11*), être capable de passer du carré au diamant présente un avantage intéressant pour les équipes en défensive étant donné qu'un joueur se trouvera aux endroits où les joueurs en attaque penseront normalement trouvé un espace libre. Voir l'image ci-dessous :



Comme vous pouvez le voir sur l'image, les joueurs #1 et #3 doivent se rapprocher du ballon de façon à couper les angles du frappeur. Si vous enseignez dans une école primaire, veuillez prendre note que ces joueurs ne pourront pas être positionnés à moins de 6 pieds (1,80 mètre) du ballon. S'ils sont à moins de 6 pieds du ballon au moment de la frappe, leur équipe recevra une faute pour défensive illégale. Vous pouvez consulter votre livre de règlement afin d'y trouver le signe d'arbitre.

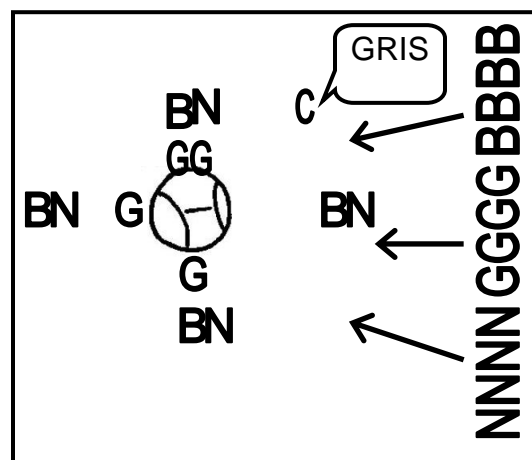
Si vous enseignez au secondaire, ces joueurs peuvent se rapprocher autant qu'ils le veulent du ballon, mais assurez-vous de leur mentionner de ne pas mettre leurs mains devant leur visage. La raison est simple, si le ballon est frappé avec beaucoup de force et frappe leurs mains, il se pourrait qu'elles frappent ensuite le visage. Nous vous suggérons donc de leur dire de garder leurs mains sur le côté de leur corps.

Éducatif:

De façon à permettre à vos joueurs de bien comprendre et pratiquer ce nouveau positionnement, nous vous suggérons d'utiliser un éducatif qui est en fait le jeu du *Plan de leçon #14: Le Carré magique*. Pour les besoins de l'objectif de cette semaine, nous le rebaptiserons le *Diamant Magique*.

Le Diamant magique

Tous sont regroupés dans des équipes de 4 joueurs. Ils sont placés face à un mur faisant dos à l'entraîneur. Lorsque l'entraîneur nomme la couleur d'une équipe, celle-ci vient immédiatement se placer en position offensive (corridor) et les autres doivent se placer en position défensive (Diamant). L'équipe qui sera la première à bien se positionner obtient 1 point.



Nous suggérons cet exercice pour tous les groupes d'âge.

Jeu de la semaine

Le cowboy

Tout d'abord, vous devrez placer vos participants en cercle autour de vous et leur demander de prendre la position du cowboy (les deux mains sur les hanches). Puis un par un, l'entraîneur testera les réflexes de cowboy des participants en tenant le ballon par l'encolure et en faisant l'une des deux choses suivantes. La première option consiste à leur lancer le ballon. Si vous choisissez cette option, les participants devront bouger leurs mains de façon à bloquer le ballon. Si ce dernier touche leur nez, leur menton ou leur ventre, ils sont éliminés et doivent s'asseoir. Assurez-vous de ne pas leur lancer le ballon trop fort, de toute façon, ça ne sera pas nécessaire. La deuxième option consiste à faire semblant de lancer le ballon. À ce moment, les participants ne devront pas bouger, même pas d'un centimètre. S'ils bougent, ils sont éliminés et doivent s'asseoir. Ceux qui réussissent le test continueront à jouer et vous pourrez procéder à un deuxième tour, puis un troisième jusqu'à ce que vous trouviez votre champion.



Merci de votre intérêt pour ce sport, contactez-nous si vous avez quelques questions que ce soit!

Pierre-Julien Hamel
Directeur général FIKB
+1-514-252-3210
info@kin-ball.com