

# PIED DE PIVOT (et démarquage)

## ? Problème pro :

- Proposer un exercice spécifique (travail du pied de pivot),
- sous une forme dynamique et motivante.

## La situation / Le dispositif d'apprentissage

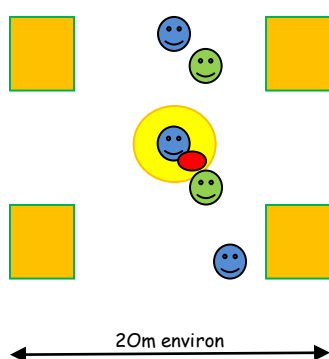
### Objectif :

- **Contenu prioritaire** : Pour le « porteur de frisbee » : réaliser une passe à un joueur démarqué, sous pression d'un défenseur mobile → nécessité d'utiliser le pied de pivot pour s'orienter par rapport aux partenaires qui se démarquent.
- Pour « les partenaires du porteur » se démarquer en direction d'une zone « libre ».

### Dispositif :

. Il s'agit d'un **tournoi** opposant 3 équipes dans un **exercice** visant à travailler spécifiquement le pied de pivot et le démarquage.

. **L'exercice** : 2 équipes s'affrontent.



**TERRAIN** : Une zone centrale (en jaune ; 2m de diamètre) et 4 carré d'en-but (en orange ; 5m de côté).

**EQUIPES** : Equipes constituées de 3 joueurs (voire 4).

- Une équipe en attaque (les BLEUS) ; cette équipe joue à 3.
  - Un « passeur central » qui reste dans la zone centrale jaune. Ce joueur n'a pas le droit de marcher frisbee en main, il doit pivoter autour de son pied de pivot.
  - 2 partenaires qui tenteront de se démarquer et réceptionner une passe dans une des zones d'en-but oranges.
- Une équipe qui défend à 2 (les VERTS) afin de permettre un surnombre offensif et la possibilité de se démarquer plus facilement.
  - Un défenseur obligé de rester « sur » le « passeur central », de tourner autour de la zone jaune, mais qui n'a pas le droit de pénétrer dans cette zone.
  - Un défenseur libre.

L'exercice dure 2 minutes, durant lesquelles l'équipe qui attaque doit marquer le maximum de points.

- 1 point quand un BLEU réceptionne le frisbee dans une zone d'en-but (orange).
- Possibilité de faire plusieurs passes pour atteindre la zone d'en-but, même si la solution la plus simple est de marquer en une seule passe car les zones d'en-but sont proches de la zone centrale.
- Chaque fois qu'il y a un point, une faute, un frisbee tombé, le jeu repart du « passeur central ».

. **L'organisation du tournoi**: Au-delà de cet exercice, l'organisation de ces confrontations est importante afin de stimuler la motivation et l'engagement de tous les élèves.

- Une feuille de tournoi (voir en Annexe et extrait ci-contre) organise les rencontres et les rôles.
- Les équipes seront à tour de rôle ATTAQUANTS, DEFENSEURS et TABE DE MARQUE/CHRONO.

				<h1>Ultimate - Tournoi PIED DE PIVOT</h1>			
<b>Equipe ORANGE</b>		<b>Equipe VERT</b>		<b>Equipe BLEU</b>			
A <u>Timéo</u> B <u>Yassine</u> C <u>Alyssa</u>		A <u>Jessica</u> B <u>Nolan</u> C <u>Aaron</u>		A <u>Sirine</u> B <u>Lorline</u> C <u>Sébastien</u>			
<i>(Les équipes incomplètes choisissent un joueur de la <u>table de marque</u> pour compléter leur équipe)</i>							
<b>1<sup>ère</sup> séquence :</b>							
 <b>ATTAQUANTS</b>		<b>DEFENSEURS</b>		<b>Table de marque et chronométrage</b>			
<b>BLEU</b>		<b>VERT</b>					
« Passeur central » : bleu A Joueurs de champs : bleu B et C		Vert A et B (Vert C au repos)					
<div> <b>Score:</b> X X X X -&gt; 4 points     </div>							

- Sur la 1<sup>ère</sup> séquence, les BLEUS attaquent avec Sirine « Passeur central ». Les VERTS Jessica et Nolan défendent (Aaron est au repos). Les Oranges chronomètrent les 2 minutes et inscrivent les points des BLEU dans la bulle jaune.
- On constate qu'à l'issue des 2 minutes, les BLEUS ont marqué 4 points.
- On passe ensuite à la rencontre suivante selon le déroulé de la feuille de tournoi.

### Contenus visés :

- Le « passeur central » utilise son pied de pivot pour s'orienter rapidement vers ses partenaires et se défaire du marquage de son défenseur. Le pied de pivot est le pied gauche pour un droitier.
- Les attaquants identifient les zones d'en-but libre et cherchent à se démarquer en direction de ces en-buts.
- Les défenseurs ne peuvent pas marquer de point... MAIS leur objectif est de limiter le nombre de points marqués par les attaquants... car au final, c'est un tournoi entre les 3 équipes et tous les points vont compter !



### Idées / Astuces pour

### **ANIMER** (pour que ça fonctionne mieux...)

- Pour aider l'élève à identifier son pied de pivot, à le « conserver » et à l'utiliser correctement, possibilité de placer au centre de la zone « jaune » un cerceau.



## **EVOLUTIONS** possibles, **VARIABLES...**



- Possibilité d'obliger de marquer en 1 seule passe.

### En jouant sur les contraintes pour les joueurs défensifs, on vise des contenus bien spécifiques :

- Ici, en imposant un défenseur sur « le passeur central », on contraint ce dernier à utiliser son pied de pivot, voire des feintes de passes, de déplacement pour réaliser une passe. Le démarquage est plus aisé pour ces 2 partenaires qui eux, n'ont « qu'un défenseur » et le choix entre plusieurs en-but libres.
- A l'inverse, il est possible de positionner les 2 défenseurs sur les 2 « attaquants » de champ... et cela devient plus facile pour le « passeur » (car pas la pression d'un défenseur)... et plus difficile pour se démarquer..
- Enfin, il est aussi possible de laisser le choix aux défenseurs de s'organiser... et les attaquants devront s'adapter !
- Ajouter un défenseur (il n'y a plus de surnombre offensif...).
- Augmenter taille du terrain et éloignement des zones d'en-but.
- Autre fonctionnement : au lieu d'imposer les rôles sur la feuille de tournoi (avec même passeur et même défenseur durant les 2 minutes), vous avez la possibilité de changer le « passeur central » et les défenseurs après chaque point marqué.

## **Pourquoi ça fonctionne ?**



- Au niveau motivationnel :
  - o Permet un travail technique sous forme « compétitive » et jouée.
  - o La feuille de tournoi permet d'organiser l'ordre des confrontations. -> fluidifie l'organisation, limite les temps de latence.
- Au niveau des apprentissages :
  - o Chaque élève passe dans tous les rôles et notamment celui, difficile, que nous avons « ciblé, de passeur central.
  - o La formule tournoi permet des temps de récupération car cet exercice est relativement érogivore notamment pour les défenseurs et pour les joueurs qui doivent se démarquer.






## Ultimate - Tournoi PIED DE PIVOT

<b>Equipe ORANGE</b> A ..... B ..... C .....	<b>Equipe VERT</b> A ..... B ..... C .....	<b>Equipe BLEU</b> A ..... B ..... C .....
---	---	---

(Les équipes incomplètes choisissent un joueur de la **table de marque** pour compléter leur équipe)

### 1ère séquence :

 <b>ATTAQUANTS</b>	<b>DEFENSEURS</b>	Table de marque et chronomètre
<b>BLEU</b> « Passeur central » : bleu A Joueurs de champs : bleu B et C	<b>VERT</b> Vert A et B (Vert C au repos)	 <b>ORANGE</b> 




Score :

### 2ème séquence :

 <b>ATTAQUANTS</b>	<b>DEFENSEURS</b>	Table de marque et chronomètre
<b>ORANGE</b> « Passeur central » : orange A Joueurs de champs : orange B et C	<b>BLEU</b> Bleu A et B (Bleu C au repos)	 <b>VERT</b> 




Score :

### 3ème séquence :

 <b>ATTAQUANTS</b>	<b>DEFENSEURS</b>	Table de marque et chronomètre
<b>VERT</b> « Passeur central » : vert A Joueurs de champs : vert B et C	<b>ORANGE</b> Orange A et B (Orange C au repos)	 <b>BLEU</b> 




Score :

### 4ème séquence :

 <b>ATTAQUANTS</b>	<b>DEFENSEURS</b>	Table de marque et chronomètre
<b>BLEU</b> « Passeur central » : bleu B Joueurs de champs : bleu A et C	<b>ORANGE</b> Orange B et C (Orange A au repos)	 <b>VERT</b> 




Score :

### 5<sup>ème</sup> séquence :

 <b>ATTAQUANTS</b>	<b>DEFENSEURS</b>	Table de marque et chronomètre
<b>VERT</b>	<b>BLEU</b>	 <b>ORANGE</b> 
« Passeur central » : vert B Joueurs de champs : vert A et C	Bleu B et C (Bleu A au repos)	




Score :

### 6<sup>ème</sup> séquence :

 <b>ATTAQUANTS</b>	<b>DEFENSEURS</b>	Table de marque et chronomètre
<b>ORANGE</b>	<b>VERT</b>	 <b>BLEU</b> 
« Passeur central » : orange B Joueurs de champs : orange A et C	Vert B et C (Vert A au repos)	


Score :

### 7<sup>ème</sup> séquence :

 <b>ATTAQUANTS</b>	<b>DEFENSEURS</b>	Table de marque et chronomètre
<b>BLEU</b>	<b>VERT</b>	 <b>ORANGE</b> 
« Passeur central » : bleu C Joueurs de champs : bleu A et B	Vert A et C (Vert B au repos)	




Score :

### 8<sup>ème</sup> séquence :

 <b>ATTAQUANTS</b>	<b>DEFENSEURS</b>	Table de marque et chronomètre
<b>ORANGE</b>	<b>BLEU</b>	 <b>VERT</b> 
« Passeur central » : orange C Joueurs de champs : orange A et B	Bleu A et C (Vert B au repos)	

Score :

### 9<sup>ème</sup> séquence :

 <b>ATTAQUANTS</b>	<b>DEFENSEURS</b>	Table de marque et chronomètre
<b>VERT</b>	<b>ORANGE</b>	 <b>BLEU</b> 
« Passeur central » : vert C Joueurs de champs : vert A et B	Orange A et C (Orange B au repos)	

Score :

### ➔ Score total :

Equipe <b>ORANGE</b>
Score : .....

Equipe <b>VERT</b>
Score : .....

Equipe <b>BLEU</b>
Score : .....

### ➔ Classement :

1°) ..... 2°) ..... 3°) .....



