

Nom de la fiche	Grand et petit coté	
Type de fiche	INDIVIDUEL	DÉFENSE
Zone de jeu	Sur la longueur : • Partout	Sur la largeur : • Partout
Techniques requises	• Aucune	
Niveau	• Débutant	
Description courte	Définition du grand et du petit côté	
Rédacteur(s)	• Sébastien Chassande-Barrioz, chassande@gmail.com	
Relecteurs	• Erick Acker, erick.acker@orange.fr	
Version	1.1	
Statut de la fiche	BROUILLON	
Date de dernière modification	Le 04/11/2012	

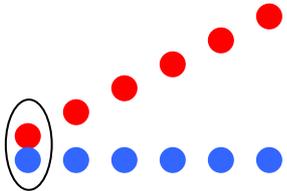
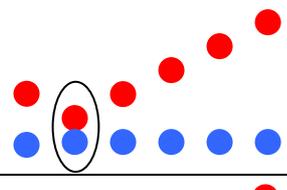
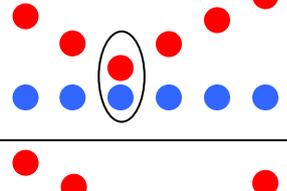
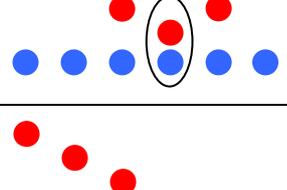
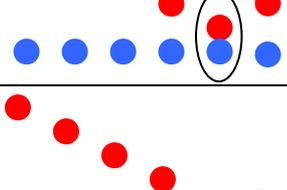
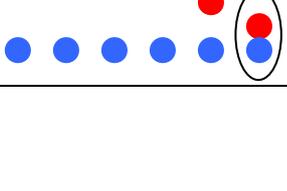
I DESCRIPTION DE LA TECHNIQUE

I.1 Objectifs

L'objectif est de donner une définition commune de ce qu'est le grand et le petit côté

I.2 Description

Le petit côté est le côté où il y a le moins de défenseur par rapport au ballon. Le grand côté est le côté où il y a le plus de défenseur par rapport au ballon. La notion de grand côté n'est pas directement liée à notion géométrique/spatiale. Ci-dessous un tableau détaillant toutes les situations possibles. Les attaquants sont en rouge et les défenseurs sont en bleu.

Défenseur touché ou face au porteur	Situation	Nombre défenseur à gauche	Nombre défenseur à droite	Petit coté	Grand coté
Ailier Gauche		0	5	Gauche	Droit
Lien Gauche		1	4	Gauche	Droit
Centre Gauche		2	3	Gauche	Droit
Centre Droit		3	2	Droit	Gauche
Lien Droit		4	1	Droit	Gauche
Ailier Droit		5	0	Droit	Gauche

II ENSEIGNER

L'objectif de ce chapitre est d'expliquer la notion de petit et grand côté à des joueurs de Touch lors d'un entraînement

II.1 Les étapes

Cette notion de petit côté peut être expliquée en une seule étape.

II.2 Étape 1

Ce chapitre décrit une étape dans l'apprentissage de la technique.

Matériel nécessaire	4 cônes, 1 ballon	Min/Max participant	12 / 12
Surface de pratique	10m x 5m	Durée	5min

II.2.1 Objectifs de l'étape

L'objectif est de visualiser où sont le petit et le grand côté.

II.2.2 Plan de la zone

La zone est un rectangle de 5m x 10m. On place les 12 joueurs en deux équipes. Les attaquants sont en rouge et les défenseurs en bleu.

II.2.3 Description de l'exercice

Tout d'abord il faut énoncer le principe « Le petit côté est le côté où il y a le moins de défenseur par rapport au porteur du ballon ». Ensuite il faut faire circuler le ballon entre les attaquants. A chaque fois qu'un attaquant reçoit le ballon, on s'arrête. L'entraîneur interroge alors les défenseurs en leur demandant de se tourner vers le petit côté. L'entraîneur montre la bonne réponse en dénombrant les défenseurs de chaque côté du ballon. Le ballon circule jusqu'à que tous les défenseurs aient été face au ballon au moins deux fois.

