

COMPRENDRE ET MAÎTRISER LA TECHNIQUE DU TIR

1- Définition

Etre capable de prendre conscience sa morphologie, de ses qualités physiques...(se connaître) et de les utiliser à bon escient au niveau du tir.

2- Points de repère

- ☐ Comprendre et visualiser sa propre mécanique de tir (imagerie mentale).
- ☐ Décrire sa mécanique de tir à un partenaire.
- ☐ Evaluer et corriger la mécanique de tir d'un partenaire.
- ☐ Favoriser le travail sur le repérage visuel : position du joueur par rapport au ballon, aux partenaires et à la cible.

3- Formes de travail

- ☐ **Analyser** sa gestuelle de tir à partir des indications données par l'encadrement.
- ☐ Se concentrer individuellement, pour pouvoir s'approprier une efficacité technique à partir de la visualisation de sa propre image (imagerie mentale).
- ☐ **Privilégier le travail du tir dans les espaces de jeu correspondant au profil du joueur.**
- ☐ Utiliser la présence de partenaires (passe) et de défenseurs (semi passif).

4- Conseils pédagogiques

- ☐ Travail de co-évaluation par binôme.
- ☐ Privilégier la capacité **d'analyse** du joueur à l'exécution du tir.
- ☐ Renseigner le joueur sur les différentes formes de tir spécifiques à son poste de jeu.
- ☐ **Mettre le joueur en confiance** en lui expliquant que les progrès passent plus par une amélioration qualitative de son geste (détails importants) que par une répétition approximative.
- ☐ Rassurer le joueur si des corrections apportées à sa technique de tir entraînent une perte d'efficacité immédiate (travail sur du long terme).