

**Séance Club CF63**

**Lieu:** Leclanché

**Educateur:** Sébastien Beaulaton

**Catégorie:** U14F-U15F

**Effectif:** 18

**Date:** 13 septembre 2023

**Phase de Jeu**

Conserver / Progresser

**Principe de Jeu ou Theme Technique**

Notion Appui-Soutien

**Comportement ciblé**

Porteur de Balle

**Remarques**

/

**Matériel**

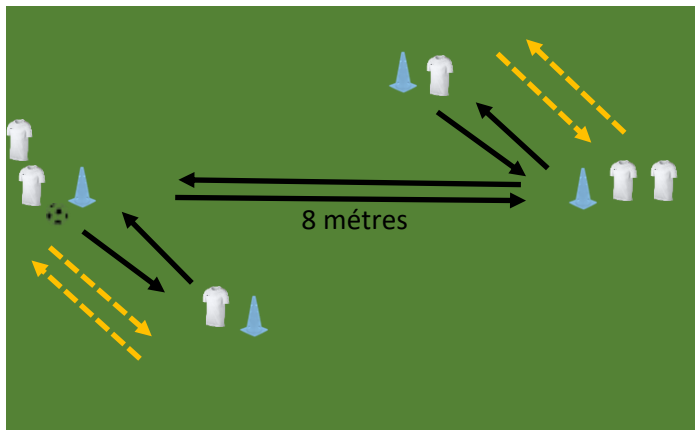


**PARTIE 1**

**EXERCICE TECHNIQUE**

Temps

15 min



- Organisation:** 3 ateliers de 6 joueuses
- Buts:** Le ballon ne s'arrête jamais en 1'30
- Consignes:** 1-2 et passe en face  
Je prend la place de l'appui

- Séquence:** 1'30 avec deal
- Variante:** Pas de variante

**L'objectif est de toucher un maximum de ballon**

**Intervention/Questionnement**

- Jambes fléchies - les ballons roulent
- Ne pas se déplacer à côté de l'appui mais rester de face

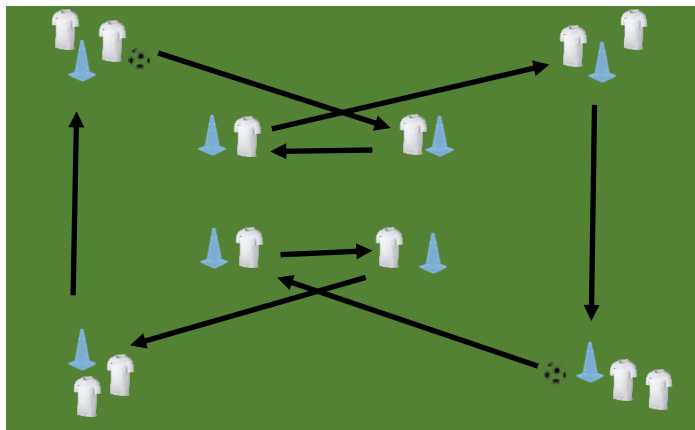
→ Déplacement du Ballon    - - - - -> Déplacement des Joueuses

**PARTIE 2**

**EXERCICE TECHNIQUE**

Temps

25 min



- Organisation:** 1 Atelier / Le grand carré 20x15m
- Buts:** Faire 3 tours en moins de 2 minutes
- Consignes:** 2 ballons en même temps  
Je donne et je suis mon ballon

**ANIMATION IMPORTANTE**

- Séquence:** S1 pour valider l'organisation sans compétition  
4 à 6 séquences de compétition

**Interventions et Corrections:**

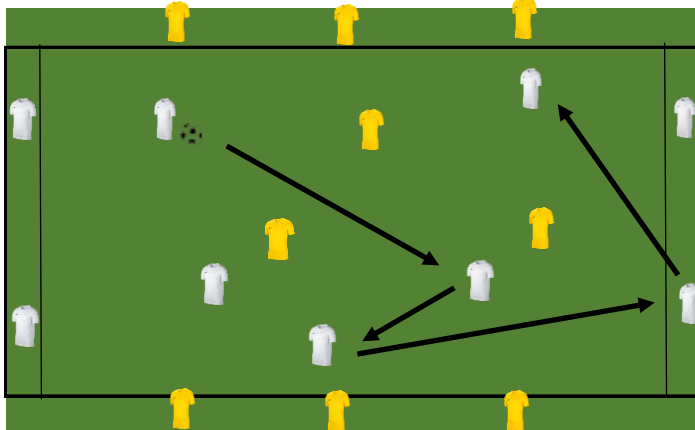
- Posture avant de recevoir le ballon "sur la pointe jb fléchie"
- Passe claqué avec des ballons qui roulent
- Appui-soutien rester face aux joueuses qui remettent

**PARTIE 3**

**SITUATION**

Temps

30 min



- Organisation:** 1 atelier / Distance à adapter en fonction du niveau des J.
- Buts:** Faire un maximum d'aller retour d'appui à appui
- Consignes:** 5 contre 3 au milieu libre en touche  
Blanc faire un maximum d'aller retour  
Jaune à la récup trouver rapidement un appui côté
- Séquences:** 3 séquences off de suite. Défense 3 triplettes
- Variante:** Limiter le nombre de touche au milieu pour les 5

**Interventions et Corrections:**

- PB regarder vers l'avant et jouer dans les intervalles
- PB ou NPB après une passe vers l'avant se déplacer face aux joueuses dos au jeu pour apporter une solution simple.