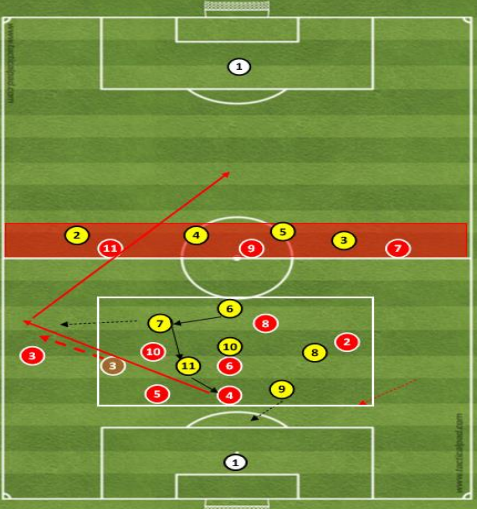
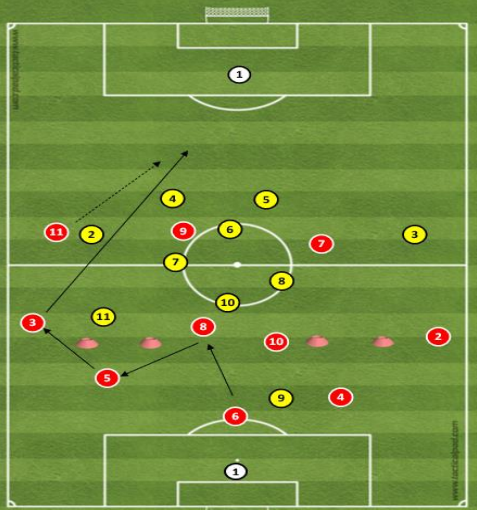


Thème	Améliorer notre récupération du ballon		OBJECTIFS	Anticiper la profondeur (porteur cadré/Pas cadré)	Effectif: 22
<p>DURÉE PROCÉDÉ D'ENTRAÎNEMENT MÉTHODE PÉDAGOGIQUE</p> <p><b>Organisation</b></p> <p>DURÉE TOTALE: 15'</p> <p>Tps de TRAVAIL: 3'</p> <p>Tps de RÉCUP.: 1'</p> <p>Nbre de RÉPET.: 4</p> <p>Nbre de SÉRIES: 1</p> <p><b>Procédé d'entr.</b></p> <p>EXERCICE: <input type="checkbox"/></p> <p>SITUATION: <input type="checkbox"/></p> <p>JEU: <input type="checkbox"/></p> <p>AUTRE: <input checked="" type="checkbox"/></p> <p><b>Méthode péda.</b></p> <p>P.M.D.T.: <input type="checkbox"/></p> <p>P.M.A.A.: <input checked="" type="checkbox"/></p> <p>P.M.E.: <input type="checkbox"/></p>	<p><b>COMPORTEMENTS ATTENDUS</b></p> <p>Réagir à la perte de balle Cadrer le plus vite possible le porteur à la perte S'ajuster pour fermer l'accès aux mini buts</p>	<p><b>DESCRIPTIF</b></p>	<p><b>BUT / CONSIGNES</b></p> <p>6X4 Joueurs fixes dans les zones Mini Buts</p> <p><b>Défenseurs :</b> A la récupération ils cherchent à marquer dans un des 4 minis buts</p> <p><b>Attaquants</b></p> <p>Conservent en respectant l'organisation 2 touches de balle</p> <p><b>Buts :</b> 10 passes = 1 points</p>	<p><b>CRITÈRES...</b></p> <p>... de <b>Réalisation</b> (corrections)</p> <p>Cadrage Couverture Interception</p> <p>... de <b>Réussite</b> (2 maxi)</p> <p>Prendre le mpins de buts possible à la perte</p>	<p><b>DOMINANTES / IMPACTS</b> (sur le plan Athlétique)</p>
<p><b>BILAN</b></p> <p>Sur... ma posture, le niveau d'engagement (adhésion) des joueurs, "l'efficacité" de la séance :</p>		<p>Remédiations, modifications à apporter sur l'aménagement et/ou les consignes :</p>			
<p>DURÉE PROCÉDÉ D'ENTRAÎNEMENT MÉTHODE PÉDAGOGIQUE</p> <p><b>Organisation</b></p> <p>DURÉE TOTALE: 25'</p> <p>Tps de TRAVAIL: 7'</p> <p>Tps de RÉCUP.: 1'</p> <p>Nbre de RÉPET.: 3</p> <p>Nbre de SÉRIES: 1</p> <p><b>Procédé d'entr.</b></p> <p>EXERCICE: <input type="checkbox"/></p> <p>SITUATION: <input type="checkbox"/></p> <p>JEU: <input checked="" type="checkbox"/></p> <p>AUTRE: <input type="checkbox"/></p> <p><b>Méthode péda.</b></p> <p>P.M.D.T.: <input type="checkbox"/></p> <p>P.M.A.A.: <input checked="" type="checkbox"/></p> <p>P.M.E.: <input type="checkbox"/></p>	<p><b>COMPORTEMENTS ATTENDUS</b></p> <p>Réagir à la perte de balle Sortir sur les temps de passes Si le porteur est pas cadré reculer Si porteur cadrer on agit pour reprendre la possession</p>	<p><b>DESCRIPTIF</b></p>	<p><b>BUT / CONSIGNES</b></p> <p>11 x11 4 zones Règles du hors jeu</p> <p><b>Rouge en 1 4 3 3</b> Après une remise chercher zone profonde But=1 Point 5 passes en zone 2 plus buts valorisé</p> <p><b>Jaune en 1 4 4 2 Losange</b> Défendre sur 2 zones Récup zone haute plus but valorisé</p>	<p><b>CRITÈRES...</b></p> <p>... de <b>Réalisation</b> (corrections)</p> <p>Cadrage Couverture Interception</p> <p>... de <b>Réussite</b> (2 maxi)</p> <p>Concéder moins de 2 occasions usr un jeu long par séquence</p>	<p><b>DOMINANTES / IMPACTS</b> (sur le plan Athlétique)</p> <p>Aérobie Capacité</p>
<p><b>BILAN</b></p> <p>Sur... ma posture, le niveau d'engagement (adhésion) des joueurs, "l'efficacité" de la séance :</p>		<p>Remédiations, modifications à apporter sur l'aménagement et/ou les consignes :</p>			

DURÉE PROCÉDÉ D'ENTRAÎNEMENT MÉTHODE PÉDAGOGIQUE	COMPORTEMENTS ATTENDUS	DESCRIPTIF	BUT / CONSIGNES	CRITÈRES...
<p><b>Organisation</b></p> <p>DURÉE TOTALE <input type="text" value="20'"/></p> <p>Tps de TRAVAIL <input type="text" value="4'"/></p> <p>Tps de RÉCUP. <input type="text" value="1'"/></p> <p>Nbre de RÉPET. <input type="text" value="4"/></p> <p>Nbre de SÉRIES <input type="text" value="1"/></p> <p><b>Procédé d'entr.</b></p> <p>EXERCICE <input type="checkbox"/></p> <p>SITUATION <input checked="" type="checkbox"/></p> <p>JEU <input type="checkbox"/></p> <p>AUTRE <input type="checkbox"/></p> <p><b>Méthode péda.</b></p> <p>P.M.D.T. <input checked="" type="checkbox"/></p> <p>P.M.A.A. <input type="checkbox"/></p> <p>P.M.E. <input type="checkbox"/></p>	<p>Réagir à la perte de balle Sortir sur les temps de passes Si le porteur est pas cadré reculer Si porteur cadrer on agit pour reprendre la possession</p>		<p>On joue 2 transitions</p> <p><b>Jaunes</b> 6x7 dans la zone Départ de notre 6 Jeu de position du losange et des 2 attaquants Peuvent marquer après 6 passes 2 touches</p> <p><b>Rouges</b> A la récupération les rouges cherchent soit le latéral pour aller attaquer soit joue directement dans l'espace profond</p>	<p>... de <b>Réalisation</b> (corrections)</p> <p>Communiquer Cadrer Reculer Lecture des positions</p> <p>... de <b>Réussite</b> (2 maxi)</p> <p>Sur 6 ballons, ne pas concéder plus de 3 occasions</p> <p><b>DOMINANTES / IMPACTS</b> (sur le plan Athlétique)</p> <p>Puissance aérobie</p>
<b>BILAN</b>	Sur... ma posture, le niveau d'engagement (adhésion) des joueurs, "l'efficacité" de la séance :		Remédiations, modifications à apporter sur l'aménagement et/ou les consignes :	
	<p><b>Organisation</b></p> <p>DURÉE TOTALE <input type="text" value="20'"/></p> <p>Tps de TRAVAIL <input type="text" value="8'"/></p> <p>Tps de RÉCUP. <input type="text" value="2'"/></p> <p>Nbre de SÉRIES <input type="text" value="8"/></p> <p>Nbre de RÉPET. <input type="text" value="1"/></p> <p><b>Procédé d'entr.</b></p> <p>EXERCICE <input type="checkbox"/></p> <p>SITUATION <input type="checkbox"/></p> <p>JEU <input checked="" type="checkbox"/></p> <p>AUTRE <input type="checkbox"/></p> <p><b>Méthode péda.</b></p> <p>P.M.D.T. <input type="checkbox"/></p> <p>P.M.A.A. <input checked="" type="checkbox"/></p> <p>P.M.E. <input type="checkbox"/></p>	<p>Réagir à la perte de balle Sortir sur les temps de passes Si le porteur est pas cadré reculer Si porteur cadrer on agit pour reprendre la possession</p>		<p><b>Jaunes</b> 1 4 4 2 losange Bloc médian Buts sur transition rapide valorisé</p> <p><b>Rouges</b> 1 4 3 3 Chercher à attirer pour attaquer la profondeur Passer dans la porte par la conduite + 1 points Marquer = 1 point Limite de touches en attaque placée</p>
<b>BILAN</b>	Sur... ma posture, le niveau d'engagement (adhésion) des joueurs, "l'efficacité" de la séance :		Remédiations, modifications à apporter sur l'aménagement et/ou les consignes :	