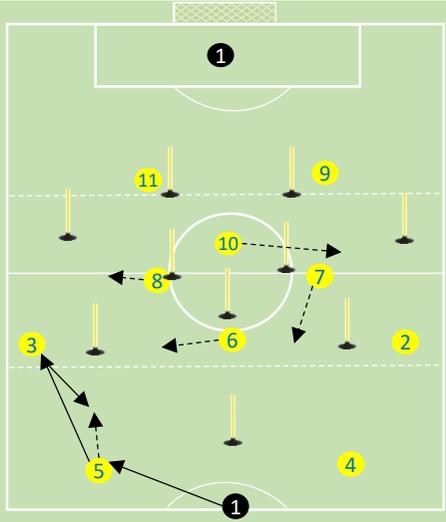
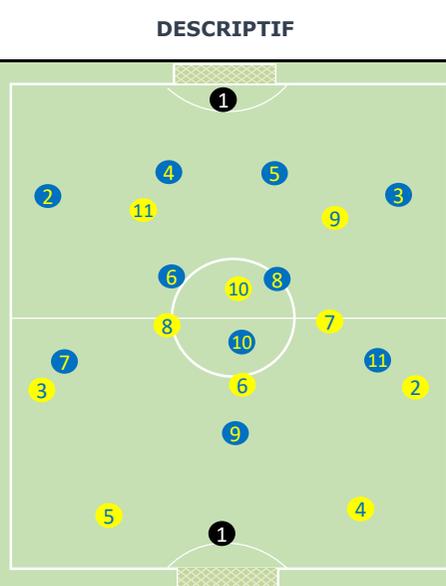


Thème	Améliorer notre utilisation du ballon pour progresser	OBJECTIFS	Créer et utiliser des espaces	Effectif: 22
<p><small>DURÉE PROCÉDÉ D'ENTRAÎNEMENT MÉTHODE PÉDAGOGIQUE</small></p> <p><b>Organisation</b></p> <p>DURÉE TOTALE: <input type="text" value="25'"/></p> <p>Tps de TRAVAIL: <input type="text" value="10'"/></p> <p>Tps de RÉCUP.: <input type="text" value="2'"/></p> <p>Nbre de RÉPET.: <input type="text" value="2"/></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 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>Transformer le losange en carré pour mettre une supériorité autour du 10 adverse en zone basse</p>	<p><b>DESCRIPTIF</b></p>	<p><b>BUT / CONSIGNES</b></p> <p>Distance : Largeur terrain Longeur surface surface</p> <p>Passer par les 3 zones pour marquer en conduite ou en passe. Hors jeu à la ligne de sa première zone</p> <p><b>Equipe Bleue :</b> Disposée en 1 4 2 3 1</p> <p>Elle défend en 1 4 2 3 1 au dessus de la médiane et en 1 4 4 1 1 sous la médiane</p> <p>Si elle marque en passant par les portes dans le sens de jeu le point est doublé. (<i>anticipation de la future problématique défensive du losange</i>)</p> <p><b>Equipe jaune :</b> Disposée en 1 4 4 2 losange</p> <p>Passer en conduite dans une porte dans le sens de jeu = 1 point Marquer dans le but = 1 point</p>	<p><b>CRITÈRES...</b></p> <p>... de <b>Réalisation</b> (corrections)</p> <p>Ouvrir des angles de passes (Etre à distance de son adversaire) S'informer des déplacements des partenaires Voir avant de recevoir Jeu à 2 jeu à 3 Dos au jeu remise pour un joueur face au jeu</p> <p>... de <b>Réussite</b> (2 maxi)</p> <p>Sur 10 ressorties des jaunes, 6 ballons où les centraux trouvent l'un des de nos milieux du losange</p> <p><b>DOMINANTES / IMPACTS</b> (sur le plan Athlétique)</p> <p>Endurance 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>		

Thème	Améliorer notre utilisation du ballon pour progresser	OBJECTIFS	Créer et utiliser des espaces	Effectif: 22
<p><small>DURÉE PROCÉDÉ D'ENTRAÎNEMENT MÉTHODE PÉDAGOGIQUE</small></p> <p><b>Organisation</b></p> <p>DURÉE TOTALE: <input type="text" value="30'"/></p> <p>Tps de TRAVAIL: <input type="text" value="8'"/></p> <p>Tps de RÉCUP.: <input type="text" value="2'"/></p> <p>Nbre de RÉPET.: <input type="text" value="3"/></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><b>COMPORTEMENTS ATTENDUS</b></p> <p>Rôle des centraux pour identifier le comportement des excentrés adverses</p> <p>Créer une supériorité autour du 10 adverse</p> <p>Le 6 se déplace côté ballon en restant axial (repère rond central)</p> <p>Le relayeur opposé décroche pour mettre le 2x1</p> <p>Le 10 et le second relayeur se positionnent dans le demi espace les épaules dos à la ligne de touche pour voir vers l'avant</p> <p>Les attaquants sont très hauts entre le central et le latéral</p>	<p><b>DESCRIPTIF</b></p>	<p><b>BUT / CONSIGNES</b></p> <p>Tous les départs se font du GB On joue une ressortie et une transition</p> <p><b>Equipe Bleue :</b> Disposée en 1 4 2 3 1</p> <p>Pendant 5' les joueurs sont fixes défensivement dans leur zone respective. A la récupération du ballon elle a 7" pour marquer les joueurs deviennent libres. 3' où les joueurs défendent librement</p> <p><b>Equipe jaune :</b> Disposée en 1 4 4 2 losange</p> <p>Libre dans les déplacements. Passer par les 3 zones uniquement par la passe pour aller marquer Si le ballon passe dans une porte = 1 point (conduite ou passe) Marquer dans le but = 1 point</p>	<p><b>CRITÈRES...</b></p> <p>... de <b>Réalisation</b> (corrections)</p> <p>Orientation du corps Prise d'information</p> <p>... de <b>Réussite</b> (2 maxi)</p> <p>6 passages sur 10 sans que la ballon soit intercepté avant d'arriver dans la 3ème zone</p> <p><b>DOMINANTES / IMPACTS</b> (sur le plan Athlétique)</p> <p>Force vitesse</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	COMPOTEMENTS ATTENDUS	DESCRIPTIF	BUT / CONSIGNES	CRITÈRES...
<b>Organisation</b> DURÉE TOTALE <input type="text" value="20"/> Tps de TRAVAIL <input type="text" value="6"/> Tps de RÉCUP. <input type="text" value="1"/> Nbre de RÉPET. <input type="text" value="3"/> Nbre de SÉRIES <input type="text" value="1"/> <b>Procédé d'entr.</b> EXERCICE <input checked="" type="checkbox"/> SITUATION <input type="checkbox"/> JEU <input type="checkbox"/> AUTRE <input type="checkbox"/> <b>Méthode péda.</b> P.M.D.T. <input type="checkbox"/> P.M.A.A. <input type="checkbox"/> P.M.E. <input checked="" type="checkbox"/>	Accompagnement de l'action Principes de jeu appui soutien appui remise Les latéraux finissent la course en zone 3 Equilibre du 6 pour compenser la montée des latéraux		Travail par vagues en compétition entre les 2 équipes. Départ du GB.  Les zones se franchissent par les passes.  Starter de départ 1-5-3-5 ou 1-4-2-4  Contraintes : Toucher au moins les 2 latéraux sur la phase de jeu La séquence ne peut pas durer moins de 30" Remise obligatoire dos au jeu. Finir à 3 dans la surface. Jeu au sol obligatoire	... de <b>Réalisation</b> (corrections)  Permettre à notre carré de s'installer (relation entre GB-DC et latéraux préalables) Assurer un équilibre Passes claquées au sol Temps forts temps faibles Distance de passe  ... de <b>Réussite</b> (2 maxi)  Sur 10 passages, 6 séquences fluides  <b>DOMINANTES / IMPACTS</b> (sur le plan Athlétique)  Force vitesse
<b>Organisation</b> DURÉE TOTALE <input type="text" value="16"/> Tps de TRAVAIL <input type="text" value="6"/> Tps de RÉCUP. <input type="text" value="2"/> Nbre de RÉPET. <input type="text" value="2"/> Nbre de SÉRIES <input type="text" value="1"/> <b>Procédé d'entr.</b> EXERCICE <input type="checkbox"/> SITUATION <input type="checkbox"/> JEU <input checked="" type="checkbox"/> AUTRE <input type="checkbox"/> <b>Méthode péda.</b> P.M.D.T. <input type="checkbox"/> P.M.A.A. <input checked="" type="checkbox"/> P.M.E. <input type="checkbox"/>	Profiter du pressing de l'adversaire pour trouver des joueurs dans le dos de leur ligne  Jouer sous pression sans paniquer		<b>Equipe Bleue : Disposée en 1 4 2 3 1</b>  <b>Equipe jaune : Disposée en 1 4 4 2 losange</b>  Scénario : L'équipe jaune mène 2-0 1 nul suffit aux bleues pour être champion	... de <b>Réalisation</b> (corrections)  Gestion du stress du scénario Principe d'appui soutien Trouver le joueur libre à l'intérieur Etre entre 2 lignes et 2 adversaires  ... de <b>Réussite</b> (2 maxi)  Valider 5 séquences de passes de 30" sur chaque période  <b>DOMINANTES / IMPACTS</b> (sur le plan Athlétique)  Aérobic capacité
	<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 :	