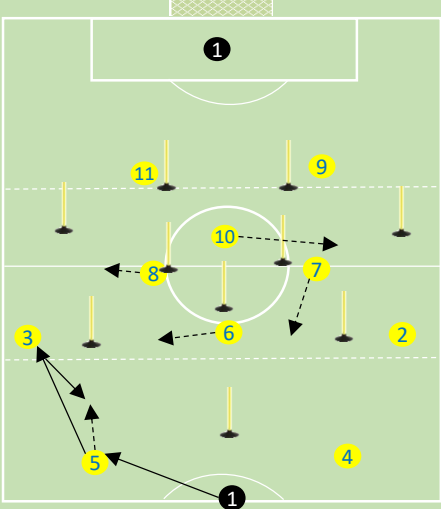
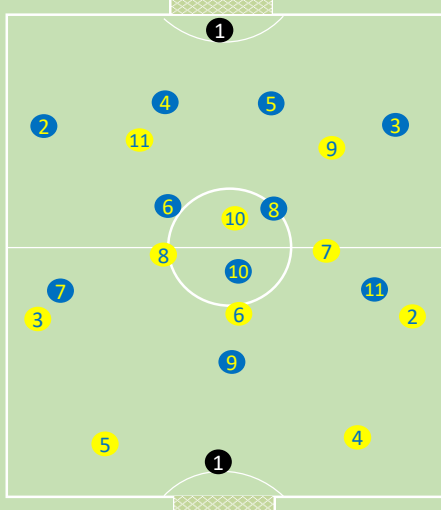


Thème	Améliorer notre utilisation du ballon pour progresser	OBJECTIFS	Créer et utiliser des espaces	Effectif: 22
<p>DURÉE PROCÉDÉ D'ENTRAÎNEMENT MÉTHODE PÉDAGOGIQUE</p> <p>Organisation</p> <p>DURÉE TOTALE: 25'</p> <p>Tps de TRAVAIL: 10'</p> <p>Tps de RÉCUP.: 2'</p> <p>Nbre de RÉPET.: 2</p> <p>Nbre de SÉRIES: 1</p> <p>Procédé d'entr.</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>Méthode péda.</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>COMPORTEMENTS ATTENDUS</p> <p>Transformer le losange en carré pour mettre une supériorité autour du 10 adverse en zone basse</p>	<p>DESCRIPTIF</p>	<p>BUT / CONSIGNES</p> <p>Distance : Largeur terrain Longueur 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>Equipe Bleue : 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>Equipe jaune : 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>CRITÈRES...</p> <p>... de Réalisation (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 Réussite (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>DOMINANTES / IMPACTS (sur le plan Athlétique)</p> <p>Endurance capacité</p>
<p>BILAN</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>DURÉE PROCÉDÉ D'ENTRAÎNEMENT MÉTHODE PÉDAGOGIQUE</p> <p>Organisation</p> <p>DURÉE TOTALE: 30'</p> <p>Tps de TRAVAIL: 8'</p> <p>Tps de RÉCUP.: 2'</p> <p>Nbre de RÉPET.: 3</p> <p>Nbre de SÉRIES: 1</p> <p>Procédé d'entr.</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>Méthode péda.</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>COMPORTEMENTS ATTENDUS</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>DESCRIPTIF</p>	<p>BUT / CONSIGNES</p> <p>Tous les départs se font du GB On joue une ressortie et une transition</p> <p>Equipe Bleue : 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>Equipe jaune : 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>CRITÈRES...</p> <p>... de Réalisation (corrections)</p> <p>Orientation du corps Prise d'information</p> <p>... de Réussite (2 maxi)</p> <p>6 passages sur 10 sans que la ballon soit intercepté avant d'arriver dans la 3ème zone</p> <p>DOMINANTES / IMPACTS (sur le plan Athlétique)</p> <p>Force vitesse</p>
<p>BILAN</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>Organisation</p> <p>DURÉE TOTALE <input type="text" value="20'"/></p> <p>Tps de TRAVAIL <input type="text" value="6'"/></p> <p>Tps de RÉCUP. <input type="text" value="1'"/></p> <p>Nbre de RÉPET. <input type="text" value="3"/></p> <p>Nbre de SÉRIES <input type="text" value="1"/></p> <p>Procédé d'entr.</p> <p>EXERCICE <input checked="" type="checkbox"/></p> <p>SITUATION <input type="checkbox"/></p> <p>JEU <input type="checkbox"/></p> <p>AUTRE <input type="checkbox"/></p> <p>Méthode péda.</p> <p>P.M.D.T. <input type="checkbox"/></p> <p>P.M.A.A. <input type="checkbox"/></p> <p>P.M.E. <input checked="" type="checkbox"/></p>	<p>Accompagnement de l'action</p> <p>Principes de jeu appui soutien appui remise</p> <p>Les latéraux finissent la course en zone 3</p> <p>Equilibre du 6 pour pour compenser la montée des latéraux</p>		<p>Travail par vagues en compétition entre les 2 équipes.</p> <p>Départ du GB.</p> <p>Les zones se franchissent par les passes.</p> <p>Starter de départ</p> <p>1-5-3-5 ou 1-4-2-4</p> <p>Contraintes :</p> <p>Toucher au moins les 2 latéraux sur la phase de jeu</p> <p>La séquence ne peut pas durer moins de 30"</p> <p>Remise obligatoire dos au jeu.</p> <p>Finir à 3 dans la surface.</p> <p>Jeu au sol obligatoire</p>	<p>... de Réalisation (corrections)</p> <p>Permettre à notre carré de s'installer (relation entre GB-DC et latéraux préalables)</p> <p>Assurer un équilibre</p> <p>Passes claquées au sol</p> <p>Temps forts temps faibles</p> <p>Distance de passe</p> <p>... de Réussite (2 maxi)</p> <p>Sur 10 passages, 6 séquences fluides</p> <hr/> <p>DOMINANTES / IMPACTS (sur le plan Athlétique)</p> <p>Force vitesse</p>
BILAN	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>Organisation</p> <p>DURÉE TOTALE <input type="text" value="16'"/></p> <p>Tps de TRAVAIL <input type="text" value="6'"/></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>Procédé d'entr.</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>Méthode péda.</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>Profiter du pressing de l'adversaire pour trouver des joueurs dans le dos de leur ligne</p> <p>Jouer sous pression sans paniquer</p>		<p>Equipe Bleue : Disposée en 1 4 2 3 1</p> <p>Equipe jaune : Disposée en 1 4 4 2 losange</p> <p>Scénario : L'équipe jaune mène 2-0</p> <p>1 nul suffit aux bleues pour être champion</p>
BILAN	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 :	