

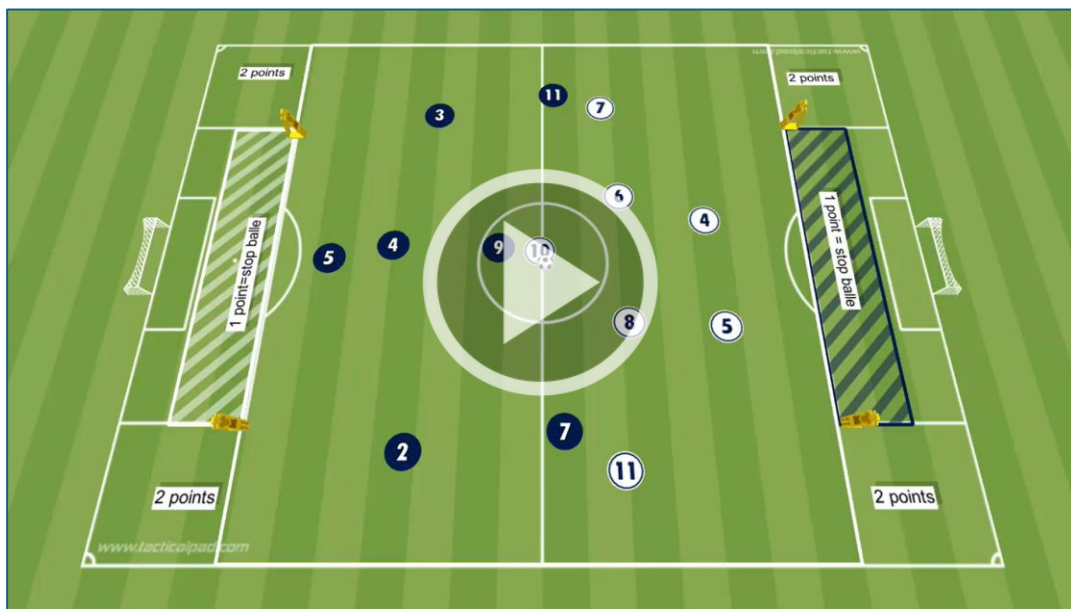
Phase de jeu	Où ?	Qui ?	Pourquoi ?
S'opposer	Médian	DL/EXC	Freiner la prise de vitesse de l'adversaire

Descriptif	
Règles	- Les deux joueurs sur la même ligne ne peuvent jouer ensemble - Interdiction de rentrer dans l'air de jeu - Marquer en une touche
Buts	Attaquants : Marquer dans un but ou trouver l'appui - Défenseurs : Marquer dans le but à la récupération en 2 passes max
Consignes	5 x 2 dans un rectangle de 15 m de large par 10 m de long 2 touches de balle maximum pour les attaquants - Si les défenseurs marquent 2 attaquants deviennent défenseurs Changer l'appui haut Possibilité de donner un nombre de passe à faire pour marquer un point et empêcher les deux défenseurs de rester devant les cages.
Objectifs	Collectivement : - Empêcher l'adversaire de jouer vers l'avant et entre nous Individuellement: - Cadrer/ couvrir et communiquer



Objectifs Pédagogiques :

Mettre en éveil sur la thématique, dynamiser, rendre ludique, préparer à l'effort.



Objectifs Pédagogiques :

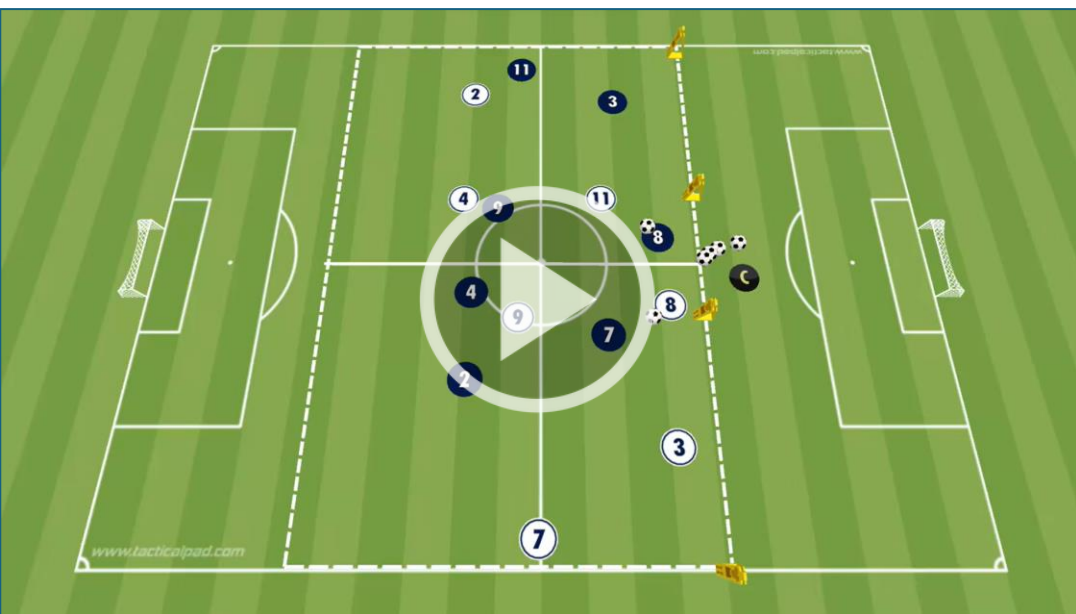
Réaliser 4 séquences de 3 à 4'. Inciter l'équipe en possession à fixer l'axe pour jouer côté. Faire identifier les bonnes intentions à l'équipe qui doit défendre et empêcher la prise de vitesse côté sans donner les solutions.

Phase de jeu	Où ?	Qui ?	Pourquoi ?
S'opposer	Médian	DL/EXC	Freiner la prise de vitesse de l'adversaire
Descriptif			
Règles	- HJ appliqué - Touche à la main - Coup franc uniquement jeu au sol - Si but, on repart de l'équipe qui a encaissé depuis les DC		
Buts	- Marquer en trouvant un joueur lancé côté = 2 points - Marquer dans l'axe en stop balle = 1 point - Trouver un joueur dans le rond central qui en ressort par une passe réussie = 1 point		
Consignes	7x7 Bleus : 3 3 1 - Blancs 2 4 1 - Changer les équipes de système - Défendre en bloc et fermer l'axe		
Objectifs	Collectivement : - Empêcher l'adversaire de jouer vers l'avant et entre nous Individuellement: - Cadrer/ couvrir et communiquer		

Phase de jeu	Où ?	Qui ?	Pourquoi ?
S'opposer	Médian	DL/EXC	Freiner la prise de vitesse de l'adversaire

Descriptif

Règles	- HJ appliqué - Départ des attaquants
Buts	- Marquer en trouvant un joueur lancé côté = 2 points - Marquer dans l'axe en stop balle = 1 point - Récupérer et transmettre au sol entre les jalons
Consignes	4 x 3 - Départ imposé aux attaquants = une deux entre le relayeur et l'attaquant (les défenseurs ne peuvent défendre qu'à partir de ce moment) - Placer le bloc défensif comme il serait placé quand le ballon est axe
Objectifs	Collectivement : - Empêcher l'adversaire de jouer vers l'avant et entre nous - Freiner et ou récupérer Individuellement: - Cadrer/ couvrir et communiquer - Gestion du joueur lancé - Orienter côté ou axe (fonction de votre projet de jeu)

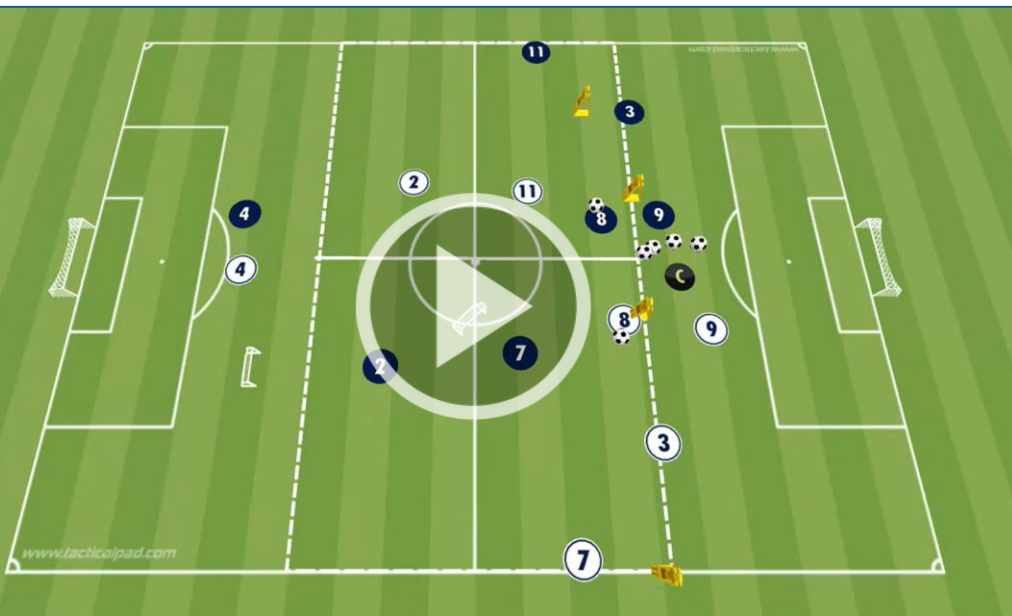


Objectifs Pédagogiques :

Ancrer un 1^{er} circuit offensif puis un second, puis laisser le choix. Faire identifier les bons comportements attendus à nos défenseurs en fonction de votre projet de jeu. Qui gère le joueur lancé, qui gère le joueur qui rentre à l'intérieur ? Qui cadre ?

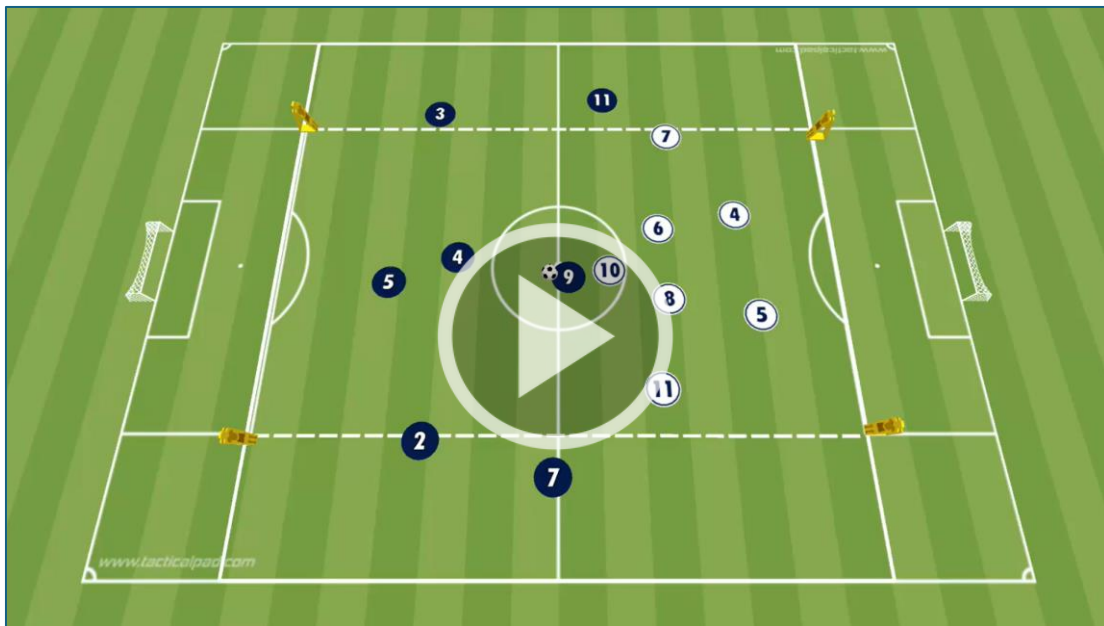
Phase de jeu	Où ?	Qui ?	Pourquoi ?
S'opposer	Médian	DL/EXC	Freiner la prise de vitesse de l'adversaire

Descriptif	
Règles	1x1 par zone - Départ des attaquants - Circuit imposé puis libre
Buts	- Marquer dans les portes pour les attaquants - Récupérer pour les défenseurs et passe au sol entre les jalons
Consignes	1x1 par zone - Rotation des défenseurs et des attaquants à chaque passage
Objectifs	Collectivement : - Empêcher l'adversaire de jouer vers l'avant et entre nous Individuellement: - Cadrer/ couvrir et communiquer - Réduire les appuis - Orienter l'adversaire et identifier son pied fort - Duel



Objectifs Pédagogiques :

Être exigeant et précis sur les correctifs individuels apporter. Challenger, faire répéter, Corriger, démontrer



Objectifs Pédagogiques :

Jeu de fin de séance qui est se rapproche le plus du match. Mettre un scénario en place. Valoriser par les points les comportements travaillés précédemment

Phase de jeu	Où ?	Qui ?	Pourquoi ?
S'opposer	Médian	DL/EXC	Freiner la prise de vitesse de l'adversaire
Descriptif			
Règles	- HJ appliqué - Touche à la main - Coup franc uniquement jeu au sol - Si but, on repart de l'équipe qui a encaissé depuis les DC		
Buts	- Marquer en trouvant un joueur lancé côté = 2 points - Marquer dans l'axe en stop balle = 1 point - Si récupération dans un couloir puis passe qui sort de la zone de récupération = 1 point		
Consignes	7x7 - On ne défend dans les couloirs qu'une fois que le ballon a franchi la zone Bleus : 3 3 1 - Blancs 2 4 1 - Changer les équipes de système - Défendre en bloc et fermer l'axe		
Objectifs	Collectivement : - Empêcher l'adversaire de jouer vers l'avant et entre nous Individuellement: - Cadrer/ couvrir et communiquer		