

NOM : CAUDAL	Thème de séance Création du déséquilibre par un appui - soutien - 3ème joueur et par le dédoublement	Séniors
PRENOM : MIKAEL		
DATE : Mercredi 17 Octobre 2018		

Animation Offensive:	Création du déséquilibre par AS3	Infos diverses
Animation Défensive :	Cadrage - Couverture	
Athlétique :	Endurance puissance longue	
Technique :	Contrôle + enchainemet (passes principalement)	
Mental :	Détermination - Cohésion - Coordination	
Stratégique :		

Arrières			Milieux			Avants / Gardien		
x		Abs	x		x	x		x
x		x	Reat		x	x		x
x		x	x		x	x		x
x		x	x		x	x		x
Ecole		x	x		Reat	x		
x		x	x		x	x		
Doc		Taf	x		x	x		
Bless		Abs	x		x			
			Doc		x			
5		5	7		8	7		4

Taches		Descriptif		Elements pedagogiques	
Partie : Echauffement	Durée			Variables	
Objectif :	15 min			Conduite vers l'intérieur puis passe diago Conduite vers l'extérieur puis passe diago 1 - 2 à l'intérieur puis transmission Appui - soutien - diago	
Mise en train Travail technique	Nbre de joueurs			Veiller à ...	
Consignes :	Espaces			Qualité de passe. Enchainement	
3 par coupelles - 1 ballon par coupelle Conduite de balle jusqu'à la prochaine coupelle. Effectuer gammes sur place	10 ou 12 par atelier			Variables	
Objectif :	20 min			1/ Jokers placés dans le couloir / Ils ne peuvent pas être trouvés au départ uniquement dans le couloir 2/ Jokers déplacements libres + Jeu vers l'arrière à partir de la rivière en 1 touche	
Recherche d'appui - soutien Changement de rythme à l'approche du but / création du déséquilibre	Nbre de joueurs			Veiller à ...	
Consignes :	Espaces				
7 c 7 + 2 jokers jokers 1 touche de balle dans leur zone jokers inattaquables 1 seul joker peut poursuivre en zone off Joueurs fixes dans leur zone Remplacement rapide du bloc	14 joueurs + 2 gardiens	55 x 65			
	Espaces				

Partie : Jeu réduit athlétique	Durée		Variables
Objectif :	30 min		1/ Pour marquer, appui à coté d'une porte puis appui dans une porte
Améliorer la condition athlétique des joueurs Améliorer les recherches d'appui - soutien 3ème joueur	Nbre de joueurs		2/ Récup haute = pas besoin de trouver un appui
Consignes :	12		
2 min à l'intérieur - 2 min appui Appui = 1 touche, intérieur = libre Pour marquer, trouver un appui en dehors d'une porte puis faire passer le ballon dans une des 4 portes	Espaces 30 x 18		
			Veiller à ...
			Répétition des courses Recherche des appuis - soutiens
Partie : Jeu réduit final	Durée		Variables
Objectif :	25 min		1/ 1 joker par équipe
Recherche d'appui - soutien Changement de rythme à l'approche du but / création du déséquilibre	Nbre de joueurs		2/ égalité numérique avec valorisation à la suite d'un appui - soutien - 3ème
Consignes :	14 joueurs + 2 gardiens		
2 jokers par équipe qui ne peuvent pas défendre	Espaces 55 x 65		
			Veiller à ...
			Anticipation des schémas d'actions
Partie :	Durée		Variables
Objectif :			
	Nbre de joueurs		
Consignes :			
	Espaces		
			Veiller à ...
Partie :	Durée		Variables
Objectif :			
	Nbre de joueurs		
Consignes :			
	Espaces		
			Veiller à ...

