



Phase de jeu : Conserver / Progresser

16 joueurs

Principe / thème : Jouer dans les intervalles et entre les lignes

Espace : 1/2 terrain

Mise en train

Procédé : Exercice

Pédagogie : Directive

Temps : 12 min

Objectif : Améliorer les déplacements dans les intervalles et entre les lignes

But : Se préparer pour la séance en lien avec le thème

Consignes : Circuit de passe à 3

1) Bleu : déplacement 2, passe, prise de balle, conduite, déplacement 3, etc

2) Rouge : déplacement, 1-2, conduite, 1-2, déplacement 3, etc

1:30 par joueur, 2 passages par joueur

Interdiction d'effectuer une passe sur la même ligne (angle obligatoire)

Comportements attendus :

Individuels : marqué le déplacement pour déclencher la passe,

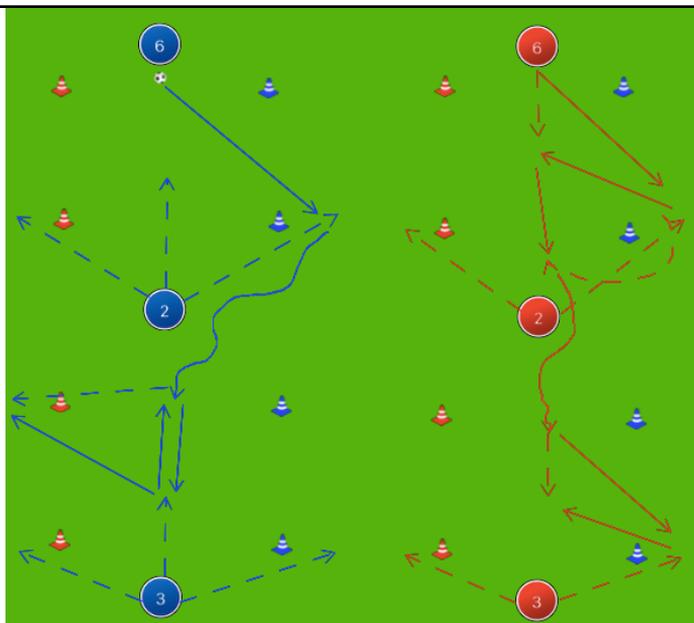
prise de balle 3/4 avec pied le + loin pour enchaîner vers l'avant

Collectifs : coordination et timing déplacement / passe

qualité de passe pour mettre le partenaire dans le confort

Variables :

x



Critères de réussite :

Intensité progressive des déplacements / fluidité des enchaînements

Ressource(s) mentale(s) : concentration

Espace & aménagement : 5 circuits, niveau de la surface

Phase de performance

Procédé : Jeu

Pédagogie : Active

Temps : 20 min

Objectif : Améliorer le jeu dans le dos des ait et mlx adverses dans l'axe

But : Marquer des points en favorisant le jeu dans l'axe

Consignes : 8c8

But en passant par un des 6 carrés = 3 pts / but sans y passer : 1 pt

Obligation 3 joueurs axiaux ds les 6 carrés (1 joueur maxi ds un carré)

Phase def : obligation 3 joueurs carrés du bas (9 gêne la sortie)

Maxi 2 joueurs 3 carrés du bas et idem en haut

2 arr centraux rentrent ds les carrés seulement lorsque le ballon arrive

Comportements attendus :

Individuels :

Exploration visuelle des espaces, mobilité à l'intérieur

Collectifs :

coordination dans les espaces à l'intérieur, patience préparation

Variables :

Si un latéral apparaît à l'intérieur des carrés, un axial sort côté



Critères de réussite :

Majorité des buts en passant par l'axe

Ressource(s) mentale(s) : concentration, motivation

Espace & aménagement : 1/2 terrain

Phase de performance	Procédé : Situation	Pédagogie : Active	Temps : 20 min
<p>Objectif : Améliorer le jeu dans le dos des ait et mlx adverses dans l'axe</p> <p>But : Trouver un partenaire par une passe vers l'avant et dans l'axe</p> <p>Consignes : Bleus 3-4-3 vs Rouges 4-2 / 4c2 zone 1 4c4 zone 2</p> <p>Interdiction pour 8-11 et 10-7 bleu d'être dans le même couloir axial</p> <p>Passe zone 2 couloir latéral 1pt / demi-espace ou couloir central 3pts</p> <p>Passe zone 3 couloir latéral 1pt / demi-espace ou couloir central 3 pts</p> <p>Passe zone 1 à zone 3 demi-espace ou couloir central 4 pts</p> <p>Trans off rouge marquer dans le but (moins de 7 secondes)</p>			
<p>Comportements attendus :</p> <p>Individuels : latéraux ligne pour créer de l'espace à l'intérieur</p> <p>patience préparation 4c2 pour trouver espace libre, mobilité des mlx</p> <p>Collectifs : coordination et timing déplacement / passe</p> <p>observation et compréhension mutuelle des situations</p>		<p>Critères de réussite :</p> <p>2/3 de réussite globale des situations</p>	
<p>Variables :</p> <p>Changer le dispositif rouge en 3-3 pour adaptation des bleus</p>		<p>Ressource(s) mentale(s) : concentration, motivation</p> <p>Espace & aménagement : 1/2 terrain</p>	
Phase de performance	Procédé : Jeu	Pédagogie : Active	Temps : 20 min
<p>Objectif : Améliorer le jeu dans le dos des ait et mlx adverses dans l'axe</p> <p>But : Marquer des points en favorisant le passage dans les intervalles axe</p> <p>Consignes : 8c8</p> <p>si but avc passe de la zone d'initiation à un des 3 couloirs axiaux : 3pts</p> <p>Seulement un joueur adverse en zone d'initiation</p> <p>Interdiction pour 8-11 et 10-7 bleu d'être dans le même couloir axial</p>			
<p>Comportements attendus :</p> <p>Individuels : déplacements pour être disponible à l'intérieur</p> <p>latéraux écartés</p> <p>Collectifs : coordination et timing déplacement / passe</p> <p>observation et compréhension mutuelle des situations</p>		<p>Critères de réussite :</p> <p>au moins 5 buts venant d'un couloir axial</p>	
<p>Variables :</p> <p>interdiction d'avoir 2 joueurs dans le même espace phase off</p>		<p>Ressource(s) mentale(s) : mémorisation, motivation</p> <p>Espace & aménagement : 1/2 terrain</p>	
<p>Bilan de la séance :</p>			