

Nom	LEGIEMBLE
Prenom	ANTHONY
Date	05/09/2013

Phase de jeu et objectif : Conservation et Progression en Utilisant l'Espace Largeur / Profondeur

BEES1
2012/2013

PARTIES	ELEMENTS ORGANISATIONNELS		DESCRIPTIF	ELEMENTS PEDAGOGIQUES
MISE EN TRAIN	Objectifs	Durée	<div style="border: 1px solid black; padding: 20px; width: fit-content; margin: auto;"> MISE EN PLACE SUR LA SITUATION ET LES JOUEURS FONT CIRCULER LE BALLON </div>	<u>Variables :</u> * 2 ballons par équipe * Appui soutient trouver un 3e
	18J, Augmentation du rythme	12'		
	But	Nbre de joueurs		
	Consignes	18		
	*DONNER REPROPOSER * RESTER EN MOUVEMENT JEU AU SOL * ECHANGE AVEC DES J. DE LA MM COULEUR	Espaces		
		1/2 Terrain + rond central		
SITUATION	Objectifs	Durée	<p align="center">5min Etirements -Hydratation</p>	<u>Variables :</u> <u>RA Equipe :</u> * Disposer du maximum de solution de passes * Occuper l'espace <u>PB :</u> *] voir et jouer profond Jouer vers l'avant ds les intervalles * Recherche jeu en appui avec course de soutien <u>PPB :</u> * Occuper large et prof * Se démarquer ds les intervalles en appui entre les lignes adverses
	Conservser et progresser en utilisant l'espace Largeur-Profondeur	3*8'		
	But	Nbre de joueurs		
	Off : 1pt passage en conhuite ou joueur lancé entre les portes / 3 pts si ballon est passé ds les 2 couloirs Déf : 1pt si But à la récup	18		
Consignes	Espaces			
	*L'équipe off est organisé en 3lignes avec le gardien en soutient inattaquable qui démarre le jeu par une relance courte * En possession obligation d'occuper les couloirs *Déf organisé en 2lignes en zone	1/2 Terrain + rond central		

EXERCICE

Objectifs
Créer un réseau de passes pour remonter le ballon

But
1 point circulation 2T
2 points si but

Consignes

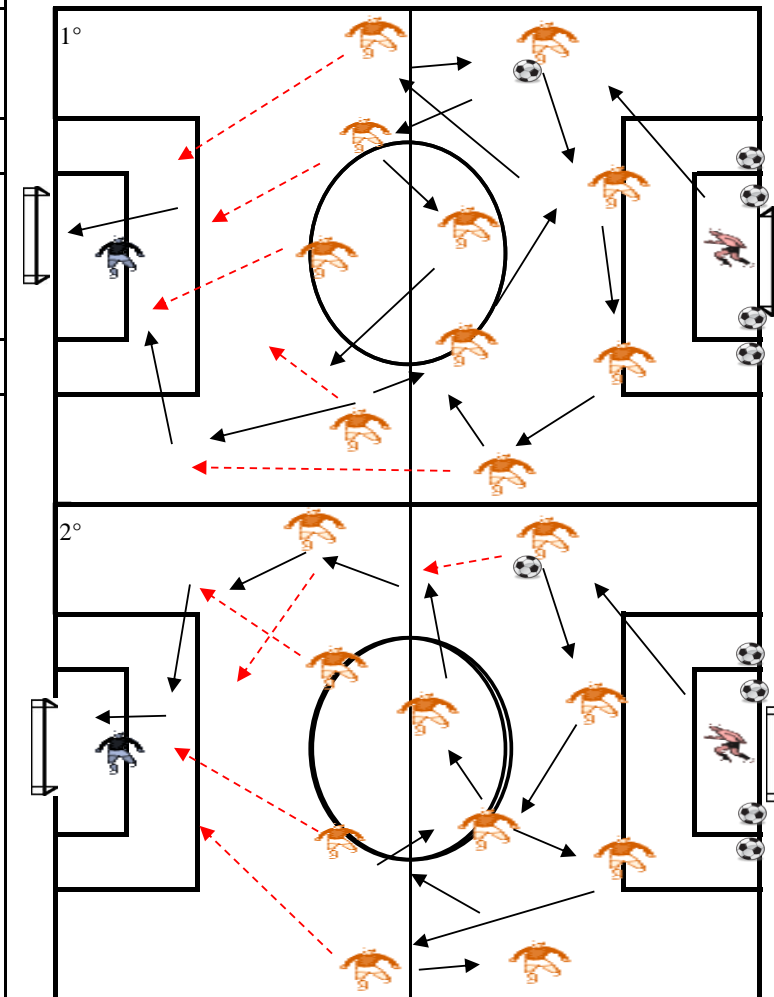
Equipe organisé 4x2 11vs0
* Circulation de balle rapide 2 Touches maxi *
Orientaiton du corps 3/4
* Etre en mouvement appel contre appel
REPETITION DES SCHEMAS DES 2 COTES

Durée
3*8'

Nbre de joueurs
16 + 2G

Espaces

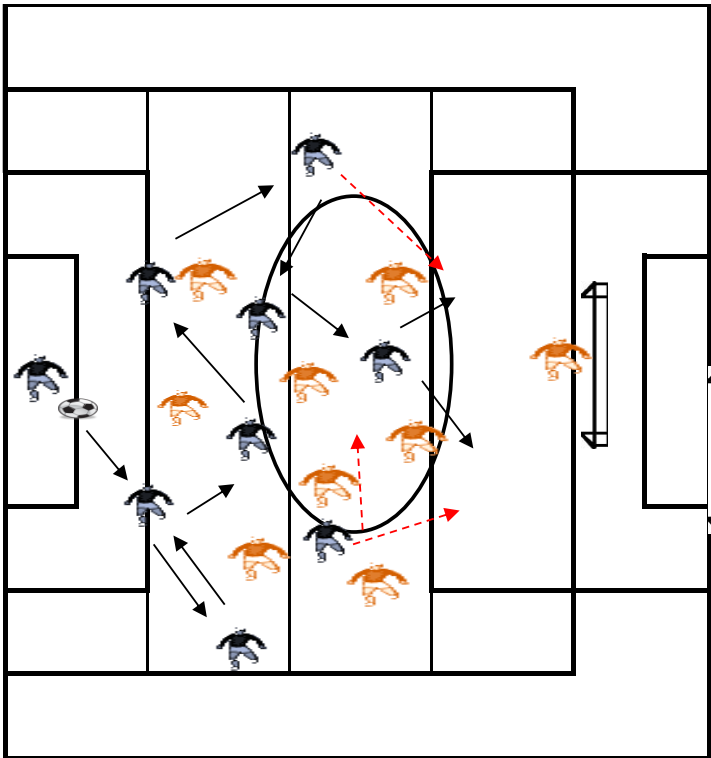
Terrain



5min Etirements -Hydratation

Variables :
* Libre choix aux joueurs de reproduire le schéma voulu * Varier les départs du ballon

RA Equipe :
* Disposer du maximum de solution de passes
* Occuper l'espace
PB : *] voir et jouer profond
* Jouer vers l'avant ds les intervalles
* Recherche jeu en appui avec course de soutien
PPB : * Occuper large et prof
* Se démarquer ds les intervalles en appui entre les lignes adverses

JEU	Objectifs	Durée		Variables : * LIBRE ENTRE LES 2 ZONES RA Equipe : * Disposer du maximum de solution de passes * Occuper l'espace PB : * voir et jouer profond * Jouer vers l'avant ds les intervalles * Recherche jeu en appui avec course de soutien PPB : * Occuper large et prof * Se démarquer ds les intervalles en appui entre les lignes adverses
	Améliorer le jeu de passes depuis la zone de construction	2*8'		
	But	Nbre de joueurs		
	Marquer 1point	8vs8 + 2G		
	Marquer en étant pasé par la zone déf 3points	Espaces		
	Consignes	3/4 terrain		
*Equipe organisé 323 *Les 3 défenseurs doivent toucher le ballon en zone basse pour aller trouver la zone haute *Passage en zone off par un échange att-déf (remise) sinon fixe dans les zones* Possibilitié de rentrer en zone def que lorsque le ballon y rentre		10min Etirements - Hydratation - Renforcement musc, BILAN SEANCE		