

FICHE DE SÉANCE - B.E.F.		NOM: CATORC	Prénom: Harry	Date: 26/11/21	Catégorie: U17
Phase de jeu: Protéger son but		Thème: Améliorer la capacité des défenseurs à défendre en zone de vérité en poursuite			Effectif: 24
<p>DURÉE PROCÉDÉ D'ENTRAÎNEMENT MÉTHODE PÉDAGOGIQUE</p> <p>Organisation</p> <p>DURÉE TOTALE: 18'</p> <p>Tps de TRAVAIL: 15'</p> <p>Tps de RÉCUP.: 3'</p> <p>Nbre de SÉRIES: 3</p> <p>Nbre de RÉPET.: <input type="checkbox"/></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>Capacité à défendre de 3/4 dans la surface</p> <p>Capacité à renvoyer le danger en touche sur les centres adverses</p> <p>Capacité à gérer les joueurs dans la surface par du marquage individuel</p>	<p>DESCRIPTIF</p> 	<p>BUT / CONSIGNES</p> <p>6 c 6 + 4 appuis et 2 joker :</p> <p>Les 2 équipes doivent faire 3 passes dans la zone axiale pour trouver soit marquer, soit trouver un excentré qui centre. Seul les 2 défenseurs peuvent défendre.</p> <p>2 touches de balle dans la zone axiale. Les appuis sont libres de changer de zone et ont le droit de faire 2 touches de balle.</p> <p>VARIANTES :</p> <p>Les joueurs coté peuvent défendre coté mais aussi les att peuvent mettre une supériorité.</p> <p>2-1 touche de balle</p>	<p>CRITÈRES...</p> <p>... de Réalisation (corrections)</p> <p>Posture 3/4</p> <p>Prise d'information adverse</p> <p>Se situer entre le but et l'adversaire</p> <p>Efficacité du dégagement</p> <p>... de Réussite (2 maxi)</p> <p>Dégager le ballon</p> <p>Ne pas prendre de but</p> <p>DOMINANTES / IMPACTS (sur le plan Athlétique)</p> <p>Vivacité</p> <p>Coordination</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>DURÉE PROCÉDÉ D'ENTRAÎNEMENT MÉTHODE PÉDAGOGIQUE</p> <p>Organisation</p> <p>DURÉE TOTALE: 20'</p> <p>Tps de TRAVAIL: 18'</p> <p>Tps de RÉCUP.: 2'</p> <p>Nbre de SÉRIES: 2</p> <p>Nbre de RÉPET.: 10</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>Capacité à défendre de 3/4 dans la surface</p> <p>Capacité à renvoyer le danger en touche sur les centres adverses</p> <p>Capacité à gérer les joueurs dans la surface par du marquage individuel</p>	<p>DESCRIPTIF</p> 	<p>BUT / CONSIGNES</p> <p>Travail en 4 c 4 + 2 :</p> <p>Un appui remise puis un ballon donné sur le coté, les latéraux part avec un temps de retard. Ils sont en 2 c 1, pour jouer un centre.</p> <p>Dans un 2ème temps un autre ballon repart du couloir pour aller centrer ou aller marquer.</p> <p>La ligne de 4 peut défendre ainsi que les milieux de terrain.</p> <p>VARIANTES :</p> <p>Défenseurs comptent leurs points</p>	<p>CRITÈRES...</p> <p>... de Réalisation (corrections)</p> <p>Posture 3/4</p> <p>Prise d'information adverse</p> <p>Se situer entre le but et l'adversaire</p> <p>Efficacité du dégagement</p> <p>... de Réussite (2 maxi)</p> <p>S'orienter pour défendre correctement</p> <p>Ne pas prendre de but</p> <p>DOMINANTES / IMPACTS (sur le plan Athlétique)</p> <p>Vivacité</p> <p>Coordination</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>DURÉE PROCÉDÉ D'ENTRAÎNEMENT MÉTHODE PÉDAGOGIQUE</p> <p>Organisation</p> <p>DURÉE TOTALE: 30'</p> <p>Tps de TRAVAIL: 24'</p> <p>Tps de RÉCUP.: 6'</p> <p>Nbre de SÉRIES: 4</p> <p>Nbre de RÉPET.: <input type="checkbox"/></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>Capacité à défendre de 3/4 dans la surface</p> <p>Capacité à renvoyer le danger en touche sur les centres adverses</p> <p>Capacité à gérer les joueurs dans la surface par du marquage individuel</p>	<p>DESCRIPTIF</p> 	<p>BUT / CONSIGNES</p> <p>4-4-2 c 4-2-3-1 + 2 jokers : 4 c 2 dans chaque zone + 1 c 1 dans les couloirs.</p> <p>Les bleus doivent marquer sur le but, si ils passent par les couloirs = 1 pt + but = 3 pts. Par l'axe = 1 pt.</p> <p>Rouge à la récupération doit marquer en - de 6 sec = 3 pts, + de 6 sec = 1 pt.</p> <p>1 seul joueur peut défendre couloir Tous les CPA sont à jouer. Les touches sont des Coup Franc.</p> <p>VARIANTES :</p> <p>But sur CPA = 3 pts.</p> <p>Tout le monde peut défendre partout</p>	<p>CRITÈRES...</p> <p>... de Réalisation (corrections)</p> <p>Posture 3/4</p> <p>Prise d'information adverse</p> <p>Se situer entre le but et l'adversaire</p> <p>Efficacité du dégagement</p> <p>... de Réussite (2 maxi)</p> <p>Ne pas prendre de but</p> <p>Avoir un temps d'avance dans la surface</p> <p>DOMINANTES / IMPACTS (sur le plan Athlétique)</p> <p>Vivacité</p> <p>Coordination</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 :	