

NOM : CHALM  
 PRENOM: Tanguy  
 DATE: 12/02/2020

Thème de séance : Trouver joueur lancé dans le dos de la défense		
On a le ballon	Conserver / Progresser	Déséquilibrer / Finir
On n'a pas le ballon	S'opposer à la progression	S'opposer pour protéger son but

**Seniors**

**Matériel**

2	2			20	25	

Déplacement joueur	Déplacement ballon	Déplacement joueur/ballon

**Effectif**

10	10	1	1

Parties	Taches		Descriptif	Eléments pédagogiques
<b>Mise en train</b>	<b>Objectif :</b> Taureau 2 carré  <b>Buts :</b> Récupérer le ballon pour les taureaux. Faire 5 passes autour des deux carrés  <b>Consignes :</b> L'équipe en conservation doit réaliser cinq passes à travers un premier carré face aux deux défenseurs puis transmettre dans le second carré pour faire la même chose.	Durée		<b>Variables</b>  1 défenseur supplémentaire  <b>Veiller à ...</b>  Notion de fixation collective (nombre joueurs, passes ...) Qualité de passe Intensité
		10'		
		Nbre de joueurs		
		20		
		Espaces		
15 x 20				
<b>Jeu</b>	<b>Objectif:</b> Trouver joueur lancé dans la profondeur (excentré, milieux off ou attaquant)  <b>But :</b> Marquer  <b>Consigne :</b> Les deux équipes doivent préparer, les joueurs doivent coordonner leurs demandes afin d'apporter une solution systématique en profondeur pour tirer ou centrer. Pas de def sous zone	Durée		<b>Variables</b>  déf autorisé après passage ballon  <b>Méthode Pédagogique</b> <b>Active</b> Laisser jouer, guider  <b>Veiller à ...</b>  la notion de largeur soit respectée afin d'ouvrir l'axe courses à haute intensité vers la profondeur
		15'		
		Nbre de joueurs		
		16		
		Espaces		
2/3 terrain				
<b>Situation</b>	<b>Objectif :</b> Trouver un des trois joueurs dans la profondeur  <b>Buts :</b> marquer dans le grand but pour les bleus, marquer dans le petit pour les jaunes à la récup  <b>Consignes :</b> 3 vs 2 5 passes att 5 passes exc 5 passes 8 3vs2+1 5 passes att 5 passes 8 5 passes exc 4 vs 3 libre	Durée		<b>Variables</b>  un def en retard notion de chasuble jeté / à récupérer pour créer un retard 6 entre en jeu  <b>Méthode Pédagogique</b> <b>Active</b> Laisser décider  <b>Veiller à ...</b>  courses intelligentes notion d'espace libre recherche profondeur création d'espace intensité des courses fixation HORS JEU
		15'		
		Nbre de joueurs		
		14		
		Espaces		
1/2 terrain				
<b>Exercice</b>	<b>Objectif :</b> Réaliser plusieurs schémas de passes pour finir  <b>But :</b> marquer  <b>Consignes :</b> 1 excentré fini 2 att fini 3 milieu fini 4 - libre	Durée		<b>Variables</b>  1 - appuis soutien 3ème / 2 - fixer donner / 3 - projection milieu 4 - Libre  <b>Méthode Pédagogique</b> <b>Directive</b> Exiger  <b>Veiller à ...</b>  qualité de passe dosage zone etc intensité courses et coordination
		12'		
		Nbre de joueurs		
		13		
		Espaces		
1/2 terrain				
<b>Jeu</b>	<b>Objectif:</b> Trouver joueur lancé dans la profondeur (excentré, milieux off ou attaquant)  <b>But :</b> Marquer  <b>Consigne :</b> Les deux équipes doivent préparer, les joueurs doivent coordonner leurs demandes afin d'apporter une solution systématique en profondeur pour tirer fixer ou/et centrer.	Durée		<b>Variables</b>  pas de défenseurs sous zone déf autorisé après passage ballon défenseurs libres  <b>Méthode Pédagogique</b> <b>Active</b> Laisser jouer, guider  <b>Veiller à ...</b>  la notion de largeur soit respectée afin d'ouvrir l'axe courses à haute intensité vers la profondeur
		15'		
		Nbre de joueurs		
		16		
		Espaces		
1/2 terrain				