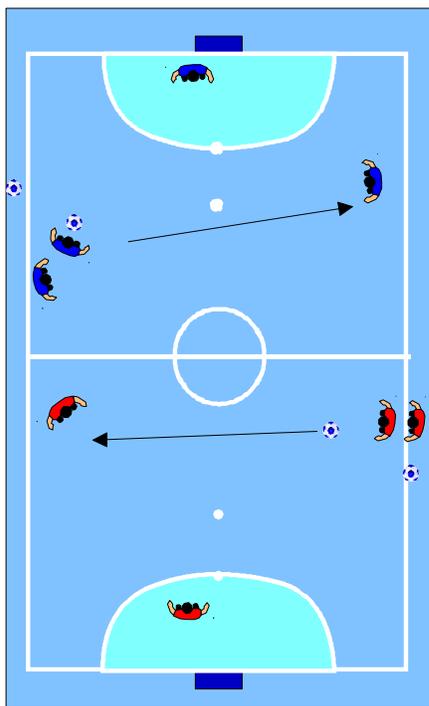


Club	Saison :	Heure :	Jour
Séance :	Catégorie :	Lieu :	Mois Année

Réalisé par Claude DOUCET et publié par



LES THEMES	Durée de la séance	1h30'
Animation Offensive		



OBJECTIF

amélioration contrôle
amélioration conduite
amélioration passes

MATERIEL ORGANISATION

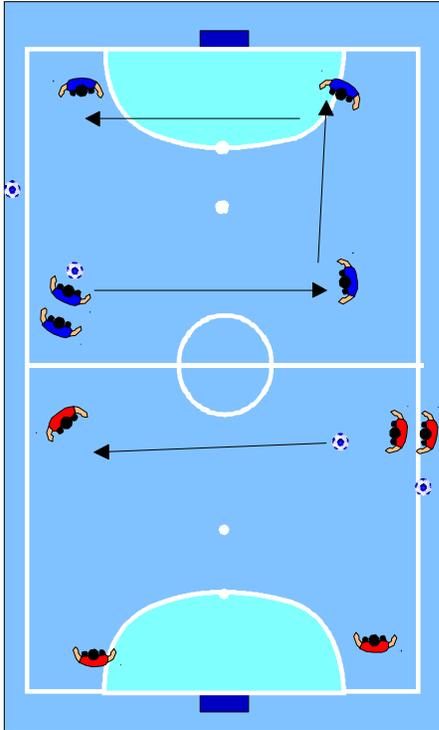
Terrain , chasubles, ballons
groupes de 4

DEROULEMENT

travail en triangle
conduite et suit
passe et suit (à terre, louche etc...)
changer de sens etc...

CRITERES DE REALISATION

position des bras etc
utilisation de la semelle
utilisation des 2 pieds
passe forte



OBJECTIF

animation offensive en 2-2

MATERIEL ORGANISATION

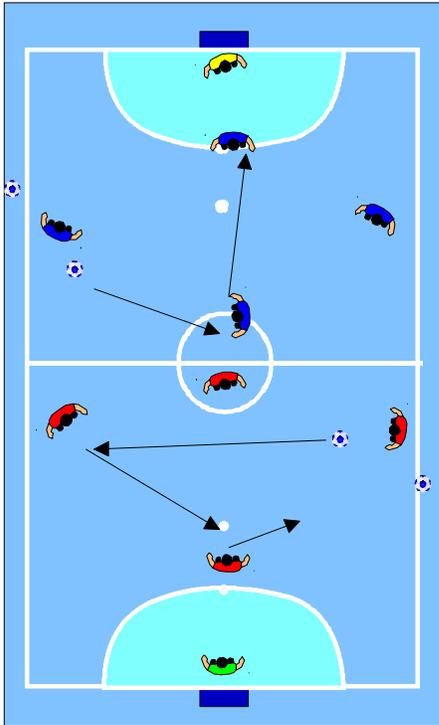
Terrain , chasubles, ballons
groupes de 4

DEROULEMENT

1. démarquage des attaquants
2. Surnombre des défenseurs
3. Déséquilibre collectif (cf schéma)
permutation sur les cotés

CRITERES DE REALISATION

Appel , contre appel
Synchronisation des courses



OBJECTIF

animation offensive en 3-1

MATERIEL ORGANISATION

Terrain , chasubles, ballons
groupes de 4

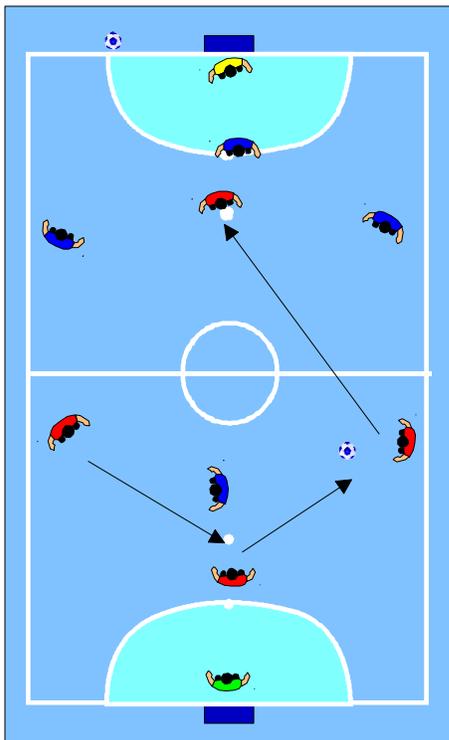
DEROULEMENT

1. le pivot se retourne
2. le pivot remise sinon :
3. surnombre : donner croiser, donner bloquer, donner pivoter donner partir en diagonale
4. Avec pivot sur le coté

(possibilité de travail à la main ou en ou en marchant pour une meilleure compréhension)

CRITERES DE REALISATION

Appel , contre appel
Synchronisation des courses



OBJECTIF

application dans le jeu des principes de jeu

1. Vite vers l'avant
2. Sinon monter, écarter combiner

MATERIEL ORGANISATION

Terrain , chasubles, ballons
groupes de 4

DEROULEMENT

match
1er mi-temps en 2-2
2è mi-temps en 3-1

CRITERES DE REALISATION

corrections sur les principes de jeu
arrêt pour valoriser ou corriger transition rapide
défense-attaque

RETOUR AU CALME

Etirements passifs