

Séance groupe Pré-Formation



<b>Date</b>	19-sept.-18
-------------	-------------

<b>Nombre de joueurs</b>	12 + GB
--------------------------	---------

Les GB sont considéré en spécifique les 30 premières minutes



**Thème de séance :**

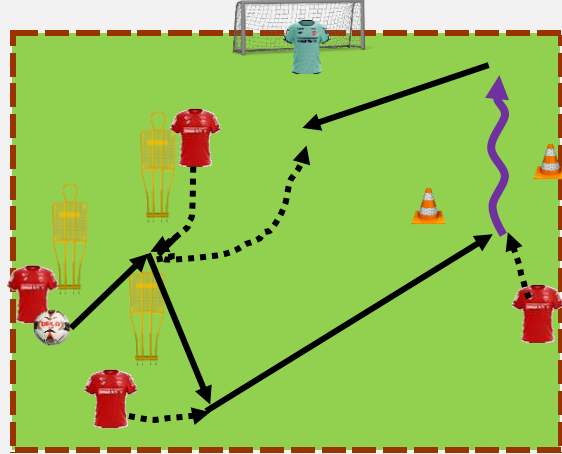
En phase de progression, Utilisation des espaces libres (profondeur)

**Matériel**



Déplacement joueur	Déplacement ballon	Déplacement joueur/ballon

Parties	Taches	Descriptif	Elements pedagogiques
Mise en train	<i>Préparation à l'effort</i>		<b>Variables</b>
	<b>Objectifs :</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>* A la sortie du cercle, faire la passe</li> <li>* A la sortie du cercle, faire un 1-2</li> </ul>
	<b>Prendre les informations (Ballon / Espace / Partenaire)</b>		
	<b>Buts:</b>		
	Toujours être en mouvement		
<b>Consignes :</b>	<b>Observations - Commentaires</b>		
Jeu	<i>Apprentissage technique</i>		<b>Variables</b>
	<b>Objectifs :</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>* limiter le nombre de touche de balle</li> </ul>
	<b>Jouer sous pression - sortir de la densité</b>		
	<b>Buts :</b>		
	Marquer dans les petits buts		
<b>Consignes :</b>	<b>Observations - Commentaires</b>		
	Une équipe attaque les buts noirs, et l'autre les buts rouge. Les joueurs blancs sont appuis et joue avec l'équipe qui a le ballon;		

Situation	Apprentissage tactico-technique	Durée		Variables
	<b>Objectifs :</b> Sortir de la densité et utiliser l'espace libre	20		<ul style="list-style-type: none"> <li>* Défensivement, un joueur bleu peu être déjà dans la zone opposée (<i>si trop facile</i>)</li> <li>* Défensivement, un joueur bleu reste en zone offensive rouge (<i>si trop compliqué</i>)</li> </ul>
	<b>Buts :</b> Marquer en entrant dans la zone offensive	Nbre de joueurs		Observations - Commentaires
	<b>Consignes :</b> Les joueurs bleus peuvent défendre à l'opposé seulement lorsque le ballon entre dans la zone (créer un temps d'avance). En possession du ballon, les rouges peuvent utiliser l'ensemble du terrain. A la récupération, les bleus doivent marquer dans les petits buts depuis leur zone offensives	12 + GB		Système de jeu : Rouge en 4 - 1 et Bleu en Losange
	<b>Espaces</b>	2/3 terrain à 8		
Exercices techniques	Apprentissage technique	Durée		Variables
	<b>Objectifs :</b> Définir des préférences de passes lorsque l'attaquant est trouvé dos au but	15		<ul style="list-style-type: none"> <li>* Modifier le circuit (rechercher joueur lancé petit côté)</li> <li>* Réaliser de l'autre côté</li> </ul>
	<b>Buts :</b> Réaliser le circuit proprement, le plus vite possible	Nbre de joueurs		Observations - Commentaires
	<b>Consignes :</b> Circuit de passe, avec les joueurs qui restent aux postes.	12 + GB		
	<b>Espaces</b>	2/3 terrain à 8		
Jeu	Apprentissage du jeu	Durée		Variables
	<b>Objectifs :</b> Créer un temps d'avance	20		Observations - Commentaires
	<b>Buts :</b> Marqué en trouvant un joueur lancé	Nbre de joueurs		Sysystème de jeu : 2 - 3 - 1
	<b>Consignes :</b> On ne peut pas défendre derrière la ligne tant que le ballon n'est pas passé.	12 + GB		
	<b>Espaces</b>	2/3 terrain à 8		