



## RÉCAPITULATIF DE SÉANCES

n° de séance	PHASE DE JEU	THÈME
<a href="#">Séance (2)</a>	S'opposer pour protéger son but	Améliorer la capacité des défenseurs latéraux à récupérer le ballon (relations défenseurs/milieux de terrain; bloc bas).

**DATE**

22 mars 2017

Phase de jeu: S'opposer pour protéger son but


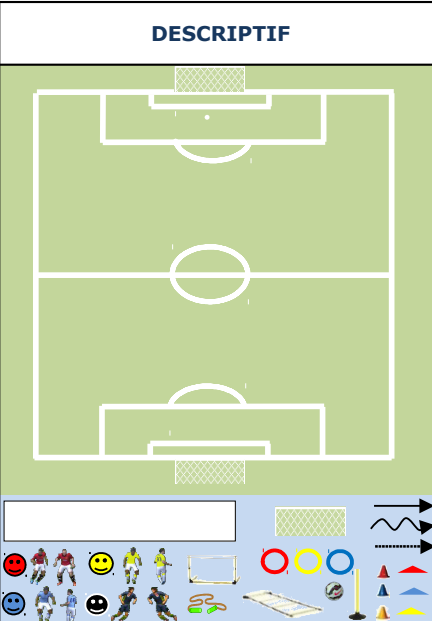
Thème: Améliorer la capacité des défenseurs latéraux à récupérer le ballon (relations défenseurs/milieux de terrain; bloc bas).

Effectif:

18

DURÉE PROCÉDÉ D'ENTRAÎNEMENT MÉTHODE PÉDAGOGIQUE		COMPORTEMENTS ATTENDUS	DESCRIPTIF	BUT / CONSIGNES	CRITÈRES...
<p><b>Organisation</b></p> <p>DURÉE TOTALE <input type="text" value="20'"/></p> <p>Tps de TRAVAIL <input type="text" value="15'"/></p> <p>Tps de RÉCUP. <input type="text" value="5'"/></p> <p>Nbre de SÉRIES <input type="text" value="6"/></p> <p>Nbre de RÉPET. <input type="text" value="20"/></p> <p><b>Procédé d'entr.</b></p> <p>EXERCICE <input checked="" type="checkbox"/></p> <p>SITUATION <input type="checkbox"/></p> <p>JEU <input type="checkbox"/></p> <p>AUTRE <input type="checkbox"/></p> <p><b>Méthode péda.</b></p> <p>P.M.D.T. <input type="checkbox"/></p> <p>P.M.A.A. <input type="checkbox"/></p> <p>P.M.E. <input checked="" type="checkbox"/></p>		<p>*Sortir cadrer vite le porteur de balle sur le temps de passe.</p> <p>*Être orienté de 3/4, pour ne pas être éliminé.</p> <p>*Eloigner l'adversaire de la cible l'emmener vers un côté.</p> <p>*Priorité "contenir" l'adversaire.</p>		<p>*Marquer en stop balle pour les attaquants. 1 point</p> <p>*Pour les défenseurs, récupérer le ballon et faire une passe à un coéquipier ou viser entre les 2 coupelles des attaquants. 1 point + 1 point si le défenseur est sorti cadrer en dehors de sa zone défensive.</p> <p>*Travail sur trois terrains de 12 x 25 m. Une zone défensive de 10 x 12 m et une zone offensive de 12 x 15 m.</p> <p>*3 défenseurs, 3 attaquants par terrain. Un attaquant lance en profondeur son coéquipier, le défenseur doit sortir de sa zone défensive sur le temps de passe. 7" pour marquer ou récupérer, ensuite on enchaîne. 5 passages par défenseur puis changement entre attaquants et défenseurs.</p>	<p>... de <b>Réalisation</b> (corrections)</p> <p>Aménager le temps de jeu pour marquer / récupérer</p> <p>Agrandir-réduire l'espace de jeu si le joueur ne sort pas de la zone défensive avant que l'attaquant ne touche le ballon, Point pour l'attaquant.</p> <p>... de <b>Réussite</b> (2 maxi)</p> <p>Combien de ballons récupérés par les défenseurs.</p> <p>Combien de points marqués par les attaquants.</p>
<p><b>BILAN</b></p> <p>Sur... ma posture, le niveau d'engagement (adhésion) des joueurs, "l'efficacité" de la séance :</p>			<p>Remédiations, modifications à apporter sur l'aménagement et/ou les consignes :</p>		
			<p><b>DOMINANTES / IMPACTS</b> (sur le plan Athlétique)</p> <p>Capacité à reproduire des accélérations courtes et répétées.</p>		

DURÉE PROCÉDÉ D'ENTRAÎNEMENT MÉTHODE PÉDAGOGIQUE		COMPORTEMENTS ATTENDUS	DESCRIPTIF	BUT / CONSIGNES	CRITÈRES...
<p><b>Organisation</b></p> <p>DURÉE TOTALE <input type="text" value="30'"/></p> <p>Tps de TRAVAIL <input type="text" value="26'"/></p> <p>Tps de RÉCUP. <input type="text" value="4'"/></p> <p>Nbre de SÉRIES <input type="text" value="4"/></p> <p>Nbre de RÉPET. <input type="text" value="4"/></p> <p><b>Procédé d'entr.</b></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><b>Méthode péda.</b></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>L'équipe qui défend doit être en bloc bas (4-3) devant sa surface.</p> <p>Densité dans l'axe et emmener / forcer l'équipe adverse à jouer sur les côtés pour les enfermer et récupérer le ballon grâce aux défenseurs latéraux. Provoquer la passe vers le milieu excentré pour aller vers lui sur un cadrage sur le temps de passe.</p> <p>Veiller à ce que le bloc se déplace bien ensemble et qu'il reste en bloc bas. Inciter les attaquants à décrocher et permuter pour provoquer des déplacements de défenseurs et les perturber, les mettre en difficulté. Faire identifier ce qu'est une récupération. Comment se déplacer de manière collective pour récupérer et pour enchaîner sur un transition offensive ?</p>		<p>Demi-terrain + 15 mètres (70 mètres de long), largeur terrain à 11.</p> <p>Une équipe qui défend en infériorité numérique à 7 contre 9 se place en bloc bas devant sa surface.</p> <p>L'équipe qui attaque lance le jeu depuis le gardien.</p> <p>L'équipe qui attaque marque 3 points si elle passe uniquement par l'axe pour marquer. Si elle passe par un côté, elle marque 1 point.</p> <p>L'équipe qui défend marque un point si elle réussit 3 passes minimum après avoir récupéré le ballon. Elle peut bonifier le point en marquant en 10' = 2 points.</p> <p>Jeu long ou court. Pas de corner ni de touche. Une seule transition.</p> <p>Contexte : l'équipe qui défend gagne 2-0, il reste 15 minutes avant la fin du match. Ils doivent tenir après 2 expulsions.</p>	<p>... de <b>Réalisation</b> (corrections)</p> <p>Jouer sur l'espace et le nombre de touches de balle de l'attaque. Agir sur le jeu long / court.</p> <p>Obliger à passer par l'axe pour aller dans la moitié de terrain adverse. But en trouvant un appui dans la zone de finition.</p> <p>... de <b>Réussite</b> (2 maxi)</p> <p>L'équipe qui défend empêche les centres et les débordements et de jouer dans l'axe.</p> <p>L'équipe qui défend réussit des récupérations et les bonifie.</p>
<p><b>BILAN</b></p> <p>Sur... ma posture, le niveau d'engagement (adhésion) des joueurs, "l'efficacité" de la séance :</p>			<p>Remédiations, modifications à apporter sur l'aménagement et/ou les consignes :</p>		
			<p><b>DOMINANTES / IMPACTS</b> (sur le plan Athlétique)</p> <p>Capacités à répéter des courses courtes à haute intensité.</p>		

DURÉE PROCÉDÉ D'ENTRAÎNEMENT MÉTHODE PÉDAGOGIQUE	COMPORTEMENTS ATTENDUS	DESCRIPTIF	BUT / CONSIGNES	CRITÈRES...
<p><b>Organisation</b></p> <p>DURÉE TOTALE <input type="text" value="30'"/></p> <p>Tps de TRAVAIL <input type="text" value="25'"/></p> <p>Tps de RÉCUP. <input type="text" value="5'"/></p> <p>Nbre de SÉRIES <input type="text" value="5"/></p> <p>Nbre de RÉPET. <input type="text" value="5"/></p> <p><b>Procédé d'entr.</b></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><b>Méthode péda.</b></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>Être placé en bloc bas compact devant sa surface et se replacer très vite dès la perte de balle.</p> <p>Avoir une prise d'informations collective des déplacements adverses.</p> <p>Fermer l'axe et être agressif dans le cadrage.</p> <p>Protéger son axe pour récupérer sur les côtés.</p> <p>Être bien orienté pour cadrer et bien couvrir pour forcer les passes vers l'extérieur.</p>		<p>Demi-terrain. 8 vs 8. Signifier le milieu de terrain. L'équipe qui perd le ballon à 5'' (puis 3'' en variante) pour se replacer derrière le milieu de terrain. Sinon -1 points.</p> <p>Dispositif 4-3-1. Touches et corners joués.</p> <p>Jeu court et long autorisés. Hors-jeu au milieu du terrain.</p> <p>Marquer = 1 point.</p> <p>Si but après récupération et transition (10'' puis 7'') but=2 points.</p>	<p>... de <b>Réalisation</b> (corrections)</p> <p>Insister sur le rôle du remplacement pour pouvoir empêcher la progression adverse.</p> <p>... de <b>Réussite</b> (2 maxi)</p> <p>Combien de ballons ont été récupérés par mes latéraux.</p> <p><b>DOMINANTES / IMPACTS</b> (sur le plan Athlétique)</p>
<p><b>BILAN</b></p> <p>Sur... ma posture, le niveau d'engagement (adhésion) des joueurs, "l'efficacité" de la séance :</p>	<p><b>BILAN</b></p> <p>Sur... ma posture, le niveau d'engagement (adhésion) des joueurs, "l'efficacité" de la séance :</p>		<p>Remédiations, modifications à apporter sur l'aménagement et/ou les consignes :</p>	<p>... de <b>Réalisation</b> (corrections)</p> <p>... de <b>Réussite</b> (2 maxi)</p> <p><b>DOMINANTES / IMPACTS</b> (sur le plan Athlétique)</p>