

Semaine 5

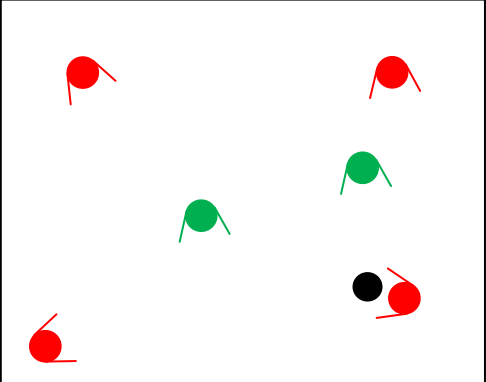
Objectifs athlétiques : la résistance – Objectifs techniques : travail des gammes et de la conservation

Jeudi 9 Août Après-midi DSR/CFA (18 joueurs)

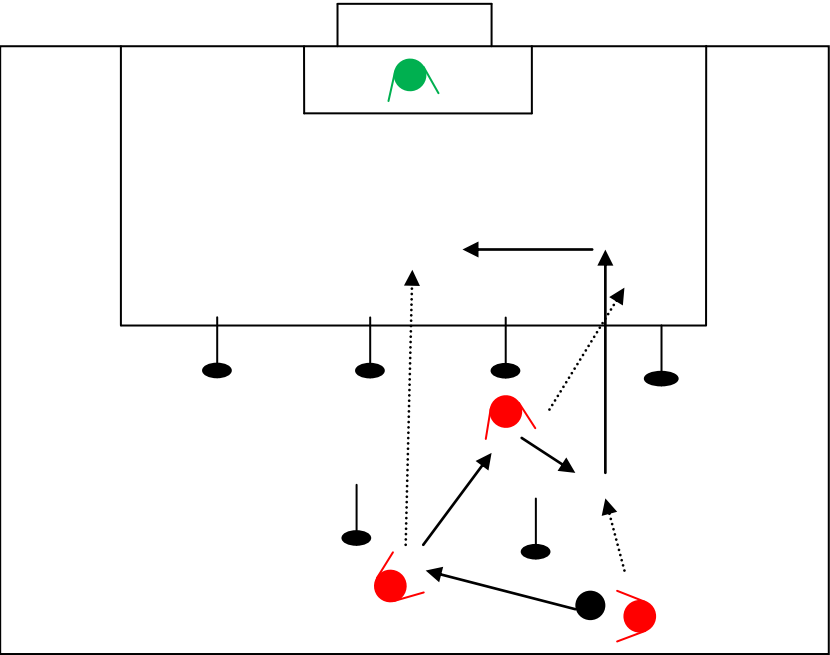
REALISE PAR JULIEN SCHMAUS ET PUBLIE PAR



ECHAUFFEMENT – Durée : 20'

SCHEMAS – ORGANISATION - DEMARCHE : évolutions, progression, variantes.	OBJECTIFS CRITERES DE REALISATION	CORRECTIONS A PREVOIR AIDES
 <p>Organisation : 4 contre 2 chasubles à la main 2 touches de balle Le joueur qui perd le ballon prend le chasuble à la main et passe au milieu Celui du milieu qui récupère le ballon passe en conservation, lorsque le ballon est envoyé hors du terrain par un joueur sans qu'un du milieu ne le touche, le plus ancien du milieu passe en conservation</p> <p>5 terrains (20 coupelles au moins, peut-être plus si on n'a pas de ligne pour nous aider)</p>	<p>Objectifs : Echauffement par un travail de conservation en mouvement Conserver le ballon et ne pas aller au milieu</p> <p>Critères de réalisation : Travail technique sur l'enchaînement contrôle orienté-passe en mouvement Déplacements dans les intervalles pour offrir des angles de passe Mettre le ballon en vie en permanence, ne pas arrêter le jeu, redoubler au besoin pour créer un intervalle</p>	<p>Animation et correction sur : Les déplacements, c'est un échauffement donc les joueurs doivent être en mouvement, c'est pour ça qu'il n faut pas plus de 4 (ou 5 max, il vaut mieux 3) par atelier pour que les joueurs aient des déplacements à faire, sinon ça devient un toro immobile, il n'y a donc pas d'échauffement Qualité du contrôle sur la première touche de balle orientée (cf Espagne) Temps pour faire la passe, le ballon doit être constamment en vie</p>

1^{ère} partie – Durée 50'

SCHEMAS – ORGANISATION - DEMARCHE : évolutions, progression, variantes.	OBJECTIFS CRITERES DE REALISATION	CORRECTIONS A PREVOIR AIDES
<p><u>ORGANISATION :</u></p>  <p><u>ORGANISATION :</u> Par 3, jeu combiné de passes (1 ou 2 touches max) avec des petits déplacements pour finir sur une action de finition (précision recherchée)</p> <p><u>VARIANTES :</u> Départ des deux côtés, tourner les groupes. Changer les déplacements les combinaisons (courses croisées, pas de centre mais une finition axiale avec double choix pour le dernier passeur)</p>	<p><u>Objectifs</u></p>	

2^{ème} partie – Durée 20'

SCHEMAS – ORGANISATION - DEMARCHE : évolutions, progression, variantes.	OBJECTIFS CRITERES DE REALISATION	CORRECTIONS A PREVOIR AIDES
<div data-bbox="138 304 974 863" data-label="Diagram"> <p>The diagram illustrates three stages of a 3-zone game organization. Each stage is shown in a separate box within a larger frame. In the first stage, there are 3 green players and 3 red players arranged in a 2x2 grid. In the second stage, the colors are swapped: 3 red players and 3 green players. In the third stage, there are 3 red players, 3 green players, and 1 black player, also arranged in a 2x2 grid.</p> </div> <p>ORGANISATION :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Conservation à thème avec 3 zones, 6/6 ou 9/9 - Conservation collective du ballon en conservant l'équilibre numérique (compensation, principe du jeu en zone) dans chaque zone - Espace inter-pénétré, tous les joueurs peuvent circuler partout, et jouer avec le joueur de leur choix, mais à chaque déplacement d'une zone à l'autre, il faut qu'un joueur aille compenser le départ d'un joueur de sa zone en prenant sa place (offensivement en possession et défensivement) - 3 touches de balle <p>SINON conservation 4 zones, 3 passes minimum dans une zone avant de pouvoir changer, puis 2 zones et on finit par une zone</p>		

3^{ème} partie – Durée 20'

SCHEMAS – ORGANISATION - DEMARCHE : évolutions, progression, variantes.	OBJECTIFS CRITERES DE REALISATION	CORRECTIONS A PREVOIR AIDES
OPPOSITION 9/9 pour finir sur largeur ou longueur à voir en utilisant des constris		

