



Date : 16/10/2023

Horaire : 18h30-20h

Centre de Perfectionnement

Effectif : 20

Séance n° : 1

Phase de Jeu	<i>On a le ballon</i>	
Thème	<i>Occupation de l'espace, recherche zone libre pour avancer</i>	
Objectifs	Off	<i>Prendre l'info, choisir la solution adaptée à la situation</i>
	Déf	<i>Cadrage porteur</i>
	Transition	<i>Sortir de la densité</i>

Dominante	Tech	Tact	Ment	Equipe
-----------	------	------	------	--------

But(s) / Consigne(s)	Organisation	Descriptif	Equipe
toros en vert doivent récupérer le ballon. si qu'ils récup, ils changent de terrain. Possible d'avoir 2 toros. Joueur ext 2 touches ballon passe à l'intérieur	Durée 15' Tps récup 30"		
Comportement(s) attendu(s)	Nb série(s) 3 Nb répét(s) 4		
Être dispo porteur. Ouvrir les angles de passes. Rechercher la passe verticale	Jeu		
Critère(s) de réussite	Situation		
1 pt par passe verticale.	Exercice x		
Variable(s)	Méthode Péda		
Limitier les touches selon niveau. 2 pts si passe verticale enchainée par un soutien	Active Directive Mixte x		Gardien(s)

Bilan	
-------	--

But(s) / Consigne(s)	Organisation	Descriptif	Equipe
Pour avancer il faut trouver un joueur lancé dans la zone sup. Defenseurs à la récup doivent trouver coté extérieur.	Durée 25' Tps récup		
Comportement(s) attendu(s)	Nb série(s) 3 Nb répét(s) 4		
Être dispo porteur, recherche du décalage. Trouver la zone des joueurs lancés	Jeu		
Critère(s) de réussite	Situation x		
1 pt par zone validée. Changement à chaque séquence	Exercice		
Variable(s)	Méthode Péda		
L'équipe en attente doit avancer le plus rapidement possible pour gagner le + de mètres	Active Directive Mixte x		Equipe

Bilan	
-------	--

