



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
-----------	------	------	------	--------

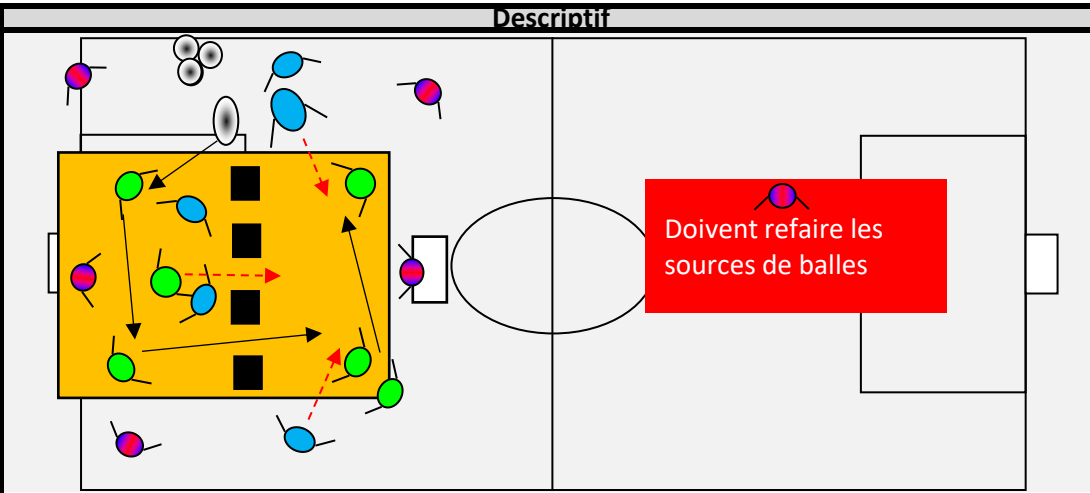
But(s) / Consigne(s)	Organisation	Descriptif		Equipe
toros en vert doivent récupérer le ballon. si qu'ils récup, ils changent de terrain. Possible d'avoir 2 toros. Joueur ext 2 touches ballon passe à l'intérieur	Durée 15'	<p>1er passage. Les joueurs sont extérieurs. 4 terrains</p> <p>variante : les joueurs sont à l'intérieur. 4 terrains</p>		
	Tps récup 30"			
Comportement(s) attendu(s)	Nb série(s) 3			
Être dispo porteur. Ouvrir les angles de passes. Rechercher la passe verticale	Nb répét(s) 4			
	Jeu			
Critère(s) de réussite	Situation			
1 pt par passe verticale.	Exercice x			
	Méthode Péda			
	Active			
Variable(s)	Directive			
Limitier les touches selon niveau. 2 pts si passe verticale enchainée par un soutien	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			
Être dispo porteur, recherche du décalage. Trouver la zone des joueurs lancés	Nb répét(s) 4			
	Jeu			
Critère(s) de réussite	Situation x			
1 pt par zone validée. Changement à chaque séquence	Exercice			
	Méthode Péda			
	Active			
Variable(s)	Directive			
L'équipe en attente doit avancer le plus rapidement possible pour gagner le + de mètres	Mixte x			
			Equipe	

Bilan	
-------	--

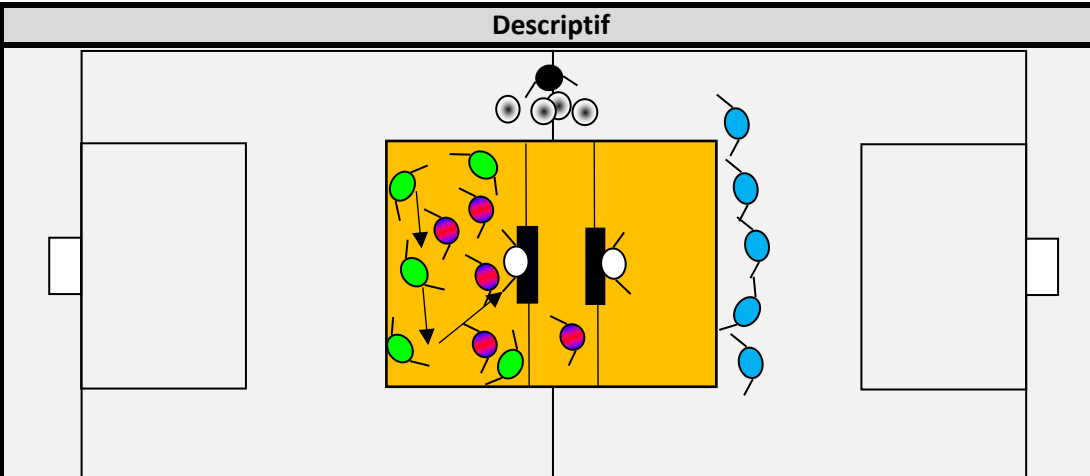
But(s) / Consigne(s)	Organisation	
5c2. Les J en Sup doivent faire circuler le ballon dans les 2 zones avec un J basculant d'une zone à l'autre. Limiter les T. Les Def ne peuvent intervenir uniquement ds leur zone puis ressortir si il y a pas récup. Si récup frappe au but.	Durée	20'
<b>Comportement(s) attendu(s)</b> Les verts dispo porteur, recherche de la zone libre. Donne le ballon à son coéq en toute secu	Tps récup	3
	Nb série(s)	5
<b>Critère(s) de réussite</b> Garder le ballon en effectuans 8 passages d'une zons à l'autre avec l'obligation de 2 passes par zones oblig. Jouer 6 ballons	Nb répét(s)	6
	Jeu	
Variable(s) Limiter touches de balle	Situation	x
	Exercice	
<b>Méthode Péda</b>		
	Active	x
	Directive	
	Mixte	



Equipe

<b>Bilan</b>	
--------------	--

But(s) / Consigne(s)	Organisation	
3 équipes. 1 att, 1 def(-1), 1 en attente. L'équipe att pour marquer. Si récup peuvent marquer ds le mm but. Si perte de balle des att deviennent def dans l'autre zone	Durée	15'
<b>Comportement(s) attendu(s)</b> Conserver jusqu'à trouver le décallage pour attaquer et marquer	Tps récup	
	Nb série(s)	3
<b>Critère(s) de réussite</b> Marquer	Nb répét(s)	
	Jeu	x
Variable(s) Egalité numerique.	Situation	
	Exercice	
<b>Méthode Péda</b>		
	Active	x
	Directive	
	Mixte	



<b>Bilan</b>	
--------------	--

**Bilan de séance**