

NOM : Jiquel

PRENOM : Florent

DATE: 20/12/2021

Phase s'opposer Principe : densifier le CJD - Thème: Améliorer la création de densité autour du porteur adverse pour récupérer le ballon dans l'axe (relations défenseurs/milieux de terrain).  
 OFF Conserver-Progresser. Principe de jeu: Jouer dans les intervalles et entre les lignes Thème: Améliorer le jeu dans le dos des attaquants et des milieux de terrain adverses dans l'axe et côté (relations défenseurs/milieux de terrain)

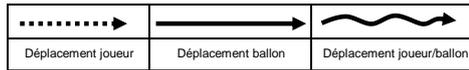
Cat : U15

On a le ballon	Conserver/Progresser	Déséquilibrer/Finir
On n'a pas le ballon	S'opposer à la progression	S'opposer pour protéger son but

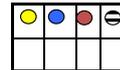
SEMAINE:

Séance N°

Matériel



Effectif



Parties	Taches	Descriptif	Elements pedagogiques
Echauffement	<b>Objectifs:</b> Aborder les principes de zone  <b>Buts:</b> Défendre en zone et récupérer le ballon Jeu en les lignes-entre les joueurs  <b>Consignes :</b> Bleu : défend en zone dans la zone jaune Rouge : 2 touches max. marquer en réalisant 1 passe dans un intervalle pour un partenaire entre les lignes	Durée 8 séquences de 2'  Nbre de joueurs  Espaces	Variables 1. 1 déf peut sortir cadrer le porteur 2. réaliser le jeu sous forme de transition  Méthodes pédagogiques - Veiller à ...  Harceler-cadrer sur le temps de passe Empêcher l'adversaire de prendre de la vitesse cadrer et orienter le porteur couvrir son partenaire proche
	<b>Objectif:</b> rouge= améliorer la récupération dans l'axe-transition joueur lancé. Bleu Off : jeu entre les lignes  <b>Consignes :</b> Equipes en 4 c 3 puis 8 c 6  Bleu : DFC=inatacable hors de la zone. libre côté- 2 touches à l'intérieur marquer en touchant la planche. Jeu entre les lignes  Rouges : déf dans la zone récup axe + but = 3 pts + recherche d'un joueur lancé dans le dos de la défense adverse	Durée W par séquence 3 X 5 min  Nbre de joueurs  14  Espaces  20x15m.	Variables Variable 1 : 1 intégrer 1 att et DFC supplémentaire qui reste en soutien et ne peut pas rentrer dans la zone Variable 2: 8 c 6  Collectif (veiller à ...  Former et reformer les lignes-cadrage couverture. Starter: passe latéral=fermeture côté pour récupérer axe. Communiquer Défendre en avançant
	<b>Objectif:</b> déf= récupérer le ballon dans la zone axiale <b>off:</b> jeu entre les lignes  <b>Consignes :</b> Equipes en 4-2  Libre sur les côtés et 2 touches sur la bande axiale.Si récupération zone centrale et but = 3 points  pas de hors jeu  Starter: passe latérale ou passe dans le bloc.	Durée W par séquence 3 X 5 min  Nbre de joueurs  14  Espaces  20x15m.	Thème: améliorer la récupération du ballon dans l'axe-jeu dans les intervalles et entre les lignes  Consigne: jeu libre sur les côtés-2 touches dans la bande axiale (favoriser la récupération axe)