

**Séance du Vendredi 02 Février 2018**

**Phase de jeu** : Conservation/Progression

**Règle d'action collective** : Sécuriser et maîtriser la possession

**Règle d'actions individuelles** : Porteur : Protéger (Notion de corps/Obstacle), Enchaîner, donné, se déplacer pour redemander. Non porteur : Recevoir en mouvement et être concerné par le jeu, se rendre dispos, se déplacer en s'orientant par rapport au sens du jeu, se démarquer, à distance de passe, vu du porteur, à l'écart des défenseurs (appel – appui – soutien)

**Moyens techniques** : Les différentes passes / Les prises de balles et enchaînement

**I-Mise en train (10 min)**

Dimension ¼ de terrain à 11.

1 Ballon par joueur.

Dans l'enceinte, éparpiller 3 plots jaunes, 3 verts et 3 bleus.

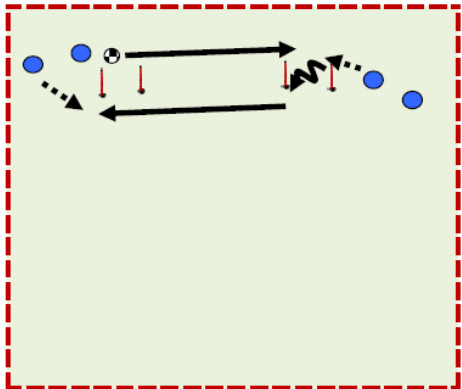
**Déroulement** :

Les joueurs circulent dans l'enceinte balle au pied. Ils exécutent les ordres de l'entraîneur, conduire pied dr, pied g, de la semelle... Lorsque l'entraîneur annonce une couleur, les joueurs se rassemblent autour des plots de couleur.

Les 2 derniers joueurs concèdent 1 point. Le joueur ayant le plus de point et le perdant

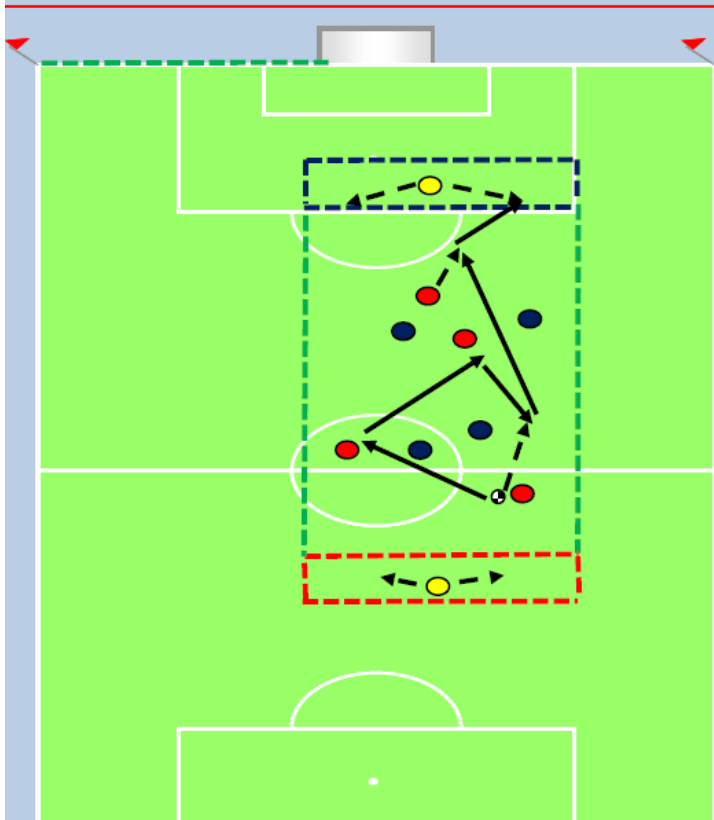
**II-Travail techniques : Jonglages (10 min)**

**III- Travail Techniques / passes + prises de balles et enchaînement (20 min)**

Partie	Tâche		Descriptif	Eléments pédagogiques	
Exercice Analytique	Objectifs :	Durée		Variables	
	Améliorer la prise de balle et enchaînement pour conserver ou progresser	12'		1/ Alterner pied droit, pied gauche	
	But : Réaliser un maximum d'allers retours en 2'	Nbre de joueurs		2/ 2 touches obligatoires pour chaque joueur	
	Consignes :	4		3/ Imposer un pied	
	Par groupe de 4 Libre dans les touches de balle Le receveur doit orienter son contrôle dans la porte	Espaces		Méthode pédagogique	
	15x10	DIRECTIVE			
		Expliquer - Démontrer - Faire répéter les gestes			
		Veiller à ...			
		S'orienter pour gagner du temps, utiliser la bonne surface			
		Attaquer le ballon			

IV- travail tactiques / jeu / ( 20 min)

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



**Organisation – règles – consignes**

**Objectif** : jouer en soutien si le jeu vers l'avant est impossible

**But** : un point à chaque passe sur le capitaine

**Consignes** : jeu au sol , changer les capitaines toutes les 3'  
30x20 m

**Critères de réalisation**

- être visible du porteur ( non porteur )
- Voir avant de recevoir ( prise d'information )
- Joueurs et ballon en mouvement
- communication ( déplacements , changement de rythme , parole )

**Evolution de la situation**

- Compter le point après une passe retour du capitaine ( même joueur ou sur un 3ème joueur )

V- Finir par un match libre.

Séance du Vendredi 02 Février 2018