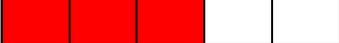
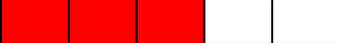
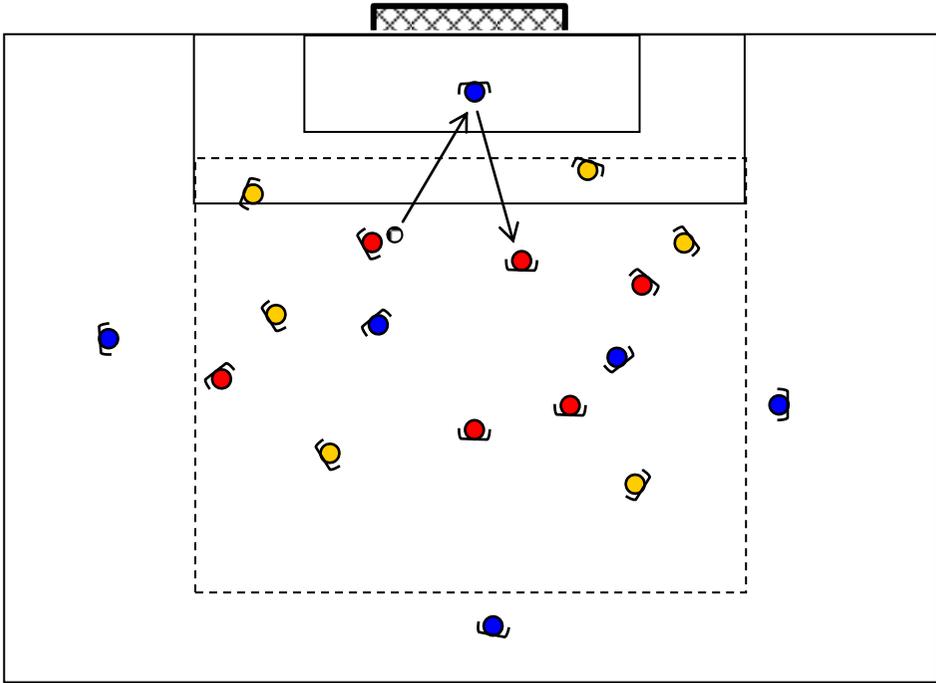
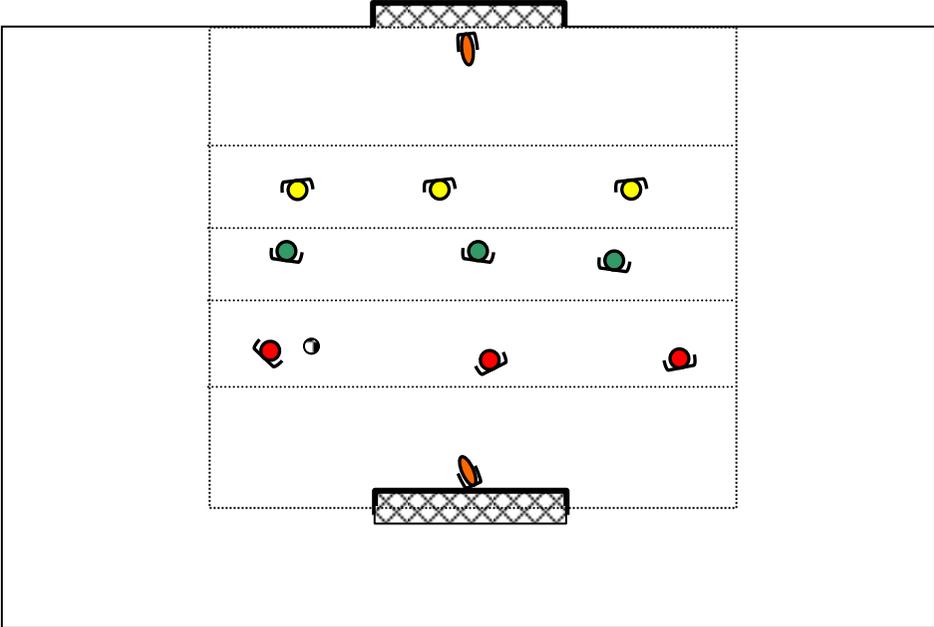


OBJECTIF	SCHEMA		CONSIGNES		MATERIEL
Thème :	Conservation en supériorité numérique – Jeu collectif		N° Séance : 94	Effectif :	18
Volume :			Intensité :		1h30
<p>N° : xxxT</p> <p>PERFECTIONNEMENT TECHNIQUE :</p> <p>Conservation de balle en supériorité numérique</p> <p>TEMPS : 20 min</p>			<p>CONSIGNES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Dans une zone de 40 x 40. Faire trois équipes de 6 joueurs. ❑ 4 joueurs en pivot + 2 joueurs à l'intérieur jouent avec l'équipe qui a le ballon. ❑ 2 touches de balle pour les pivots, jeu libre à l'intérieur. ❑ Conserver le ballon le plus longtemps possible (l'éducateur annonce le temps de conservation). ❑ Travail sur trois blocs de 6 minutes <p>REMARQUES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Pour les partenaires, il faut se rendre visible du porteur de balle, occuper l'espace, rester en mouvement et être à distance de passe. ❑ Pour le porteur du ballon il faut voir avant de recevoir, être face au jeu, indiquer par sa passe la prochaine passe du partenaire et garder le ballon en mouvement. 		<p>Assiettes</p> <p>Un maximum de ballons</p> <p>3 couleurs de chasubles</p>
<p>ETIREMENTS</p> <p>BOISSONS</p> <p>TEMPS : 10 min</p>	Etirements dirigés				Boissons

OBJECTIF	SCHEMA	CONSIGNES	MATERIEL
<p>N° : 002T</p> <p>PERFECTIONNEMENT TECHNIQUE :</p> <ul style="list-style-type: none"> ❑ INTERCEPTION <p>TEMPS : 20 min</p>		<p>CONSIGNES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Faire 3 équipes ❑ Délimiter 3 zones de 13 mètres ❑ Le jeu consiste pour les joueurs de zone centrale à intercepter les transmissions de balle effectuées depuis les 2 autres zones ❑ Les passes aériennes sont interdites ❑ Quand 1 joueur de la zone centrale intercepte, il conclue l'action en 1 contre 1 face au gardien ❑ Faire des séquences de 2min en utilisant ces trois variantes après interception en zone centrale : <ul style="list-style-type: none"> - Le joueur ayant intercepté vient au duel face au gardien, - Le joueur ayant intercepté fera un duel face au joueur ayant manqué sa passe pour finir par une frappe, - Le joueur ayant intercepté fera un duel face au joueur le plus proche de lui (zone) avant de finir par une frappe. ❑ L'éducateur détermine le temps de rotation des joueurs dans toutes zones. ❑ Effectuer une compétition entre les 3 équipes sur la base du nombre d'interception réalisé et de buts marqués <p>REMARQUES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Bien matérialiser les surfaces de jeux ➤ En variante, l'éducateur proposera un duel 1 contre 1 entre le joueur de la zone centrale qui à intercepté le ballon et le passeur 	<p>Assiettes</p> <p>1 ballon</p> <p>2 gardiens</p> <p>3 couleurs de chasubles</p> <p>1 but amovible</p>

OBJECTIF	SCHEMA	CONSIGNES	MATERIEL
<p>OBJECTIF</p> <p>« LE PASSAGIO »</p> <p>Amélioration spécifique avec support tactique collectif</p> <p><u>Construire le déséquilibre par le surnombre</u></p> <p>Objectifs du jeu d'application :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Jeu vers l'avant - Mettre l'équipe adverse en crise de temps et d'effectif en organisant son attaque par un surnombre. - Faire un maximum de « stop jeu » pour mise en place de stratégies et correction des attitudes <p>TEMPS : 25 min</p>	<p>2 PASSES 5 PASSES 1 Point</p>	<p>CONSIGNES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Jeu 5 contre 5 ou 6 contre 6 sur ½ terrain de foot à 11 avec 2 gardien ❑ Tracer trois zones dans le sens de la largeur du terrain – La zone du milieu étant plus large. ❑ Situation en trois temps : <ul style="list-style-type: none"> - 1^{er} temps : Conservation en zone centrale (5 passes). - 2^{ème} temps : élargissement de l'espace sur une des 2 zones latérales suite à un appel de balle. - 3^{ème} temps : Trouver un partenaire dans la zone excentrée la plus éloignée et attaque d'un deux buts ❑ En cas de récupération adverse, retour en zone centrale. ❑ Jeu libre et au sol. ❑ Remises en jeu comptées dans l'enchaînement de passes et jouées au sol. <p>VARIANTES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Jeu long autorisé (sauter la zone centrale après avoir validé le deuxième temps). ❑ Nombre de touche de balle. <p>REMARQUES ET CRITERES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Obliger les joueurs à être toujours en mouvement. ❑ Maîtrise technique, intention de jeu. ❑ Demande dans l'espace libre. ❑ Anticipation et réactivité. 	<p>Maximum de Ballons</p> <p>Assiettes</p> <p>2 couleurs de chasubles</p> <p>2 buts de foot à 11</p>
<p>ETIREMENTS</p> <p>BOISSONS</p> <p>TEMPS : 10 min</p>	<p>Etirements dirigés</p>		<p>Boissons</p>
<p>Commentaires :</p>			