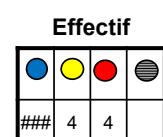
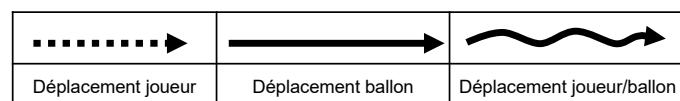
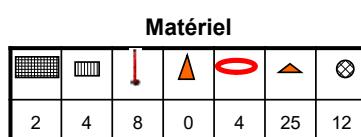


NOM : CHOPLIN  
PRENOM: MAXIME  
DATE: 13/11/2019

Thème de séance : Recherche des intervalles et travail de finition		
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

U9

SEMAINE: 2



Parties	Taches	Descriptif	Elements pedagogiques
Jeu	<p><b>Objectif :</b> Trouver les intervalles</p> <p><b>But :</b> Trouver le plus de passes possibles dans les intervalles</p> <p><b>Consignes :</b> 3 équipes 2 équipes attaquantes qui doivent se faire le plus de passes entre elles en 2 minutes Chaque perte de balle = -1pt L'équipe qui concède le moins de ballon gagne A la récupération les défenseurs doivent marquer dans un des deux petits buts = 1pt</p>	<p>Durée 12'</p> <p>Nbre de joueurs 12</p> <p>Espaces 20 x 10</p>	<p><b>Variables</b></p> <p>1/ Enlever 1 défenseur et le mettre avec une équipe attaquante si les intervalles sont trop dures à trouver 2/ Interdiction de faire plus de 3 passes pour les attaquants 3/ Le ballon ne doit jamais s'arrêter sinon cela fait 1pt de plus moins pour les attaquants</p> <p><b>Méthode Pédagogique</b></p> <p>ACTIVE Laisser jouer - Observer - Questionner Veiller à ...</p> <p>A la recherche des intervalles Valoriser les passes dans les intervalles Prise d'information et prise de décision rapide Déplacement dans les intervalles de passes Mouvement autour du porteur pour ouvrir des espaces</p>
Psycho-motricité	<p><b>Objectif :</b> Développement moteur Amélioration de l'adresse</p> <p><b>But :</b> Marquer le plus de points</p> <p><b>Consignes :</b> Au signal de l'éducateur, chaque joueur commence son parcours, si l'exil y a but au final l'équipe marque 1 pt Chaque joueur fait chaque exercice 4 fois Exercice 1, ne pas toucher les jalons, Exercice 2, 1 pied dans chaque cerceau, Exercice 3, pas chassés, Exercice 4, sauts pieds joints</p>	<p>Durée 10'</p> <p>Nbre de joueurs 12</p> <p>Espaces 35 x 20</p>	<p><b>Variables</b></p> <p>1/ Compétition, l'équipe a marquer la première marque 4 pts, la deuxième 3pts, la troisième 2 pts et la dernière 1 pt</p> <p><b>Méthode Pédagogique</b></p> <p>DIRECTIVE Expliquer - Démontrer - Faire répéter les gestes</p> <p><b>Veiller à ...</b></p> <p>Être exigeant sur la coordination bras/jambes Fléchissement des jambes, abaissement du bassin Regard fixer vers la cible, TRAVAIL QUALITATIF</p>
Exercice (Adaptatif)	<p><b>Objectif :</b> Améliorer la finition et travail des circuits préférentiels</p> <p><b>But :</b> Marquer dans le but = 1pt</p> <p><b>Consignes :</b> 1) Appui-remise 2) Ballon en profondeur, pour le joueur 1 ou commence sa course au moment de la remise 3) Centre pour l'attaquant qui fait le tour du jalon afin d'arriver lancé 4) Finir face au gardien en 2 touches de balles maximum Chaque équipe passe à tour de rôle</p>	<p>Durée 12'</p> <p>Nbre de joueurs 12</p> <p>Espaces 25 x 20</p>	<p><b>Variables</b></p> <p>1/ Rajouté un joueur pour venir défendre sur le centre et autorisé le milieu de terrain à venir finir l'action avec l'attaquant 2/ Faire le parcour dans un temps donné (ex: maximum 10secondes) pour valider un but</p> <p><b>Méthode Pédagogique</b></p> <p>DIRECTIVE Expliquer - Démontrer - Faire répéter les gestes Veiller à ...</p> <p>Bonne application des consignes fixées (ex: remise en 1 touche de balle, le centreur part au moment où la remise est effectuée, centre pied gauche à gauche et centre pied droit à droite) Être précis dans le travail demandé, qualité de passe, de déplacements et de finition. Valoriser à chaque but</p>
Situation	<p><b>Objectif :</b> Déséquilibrer la défense adverse et finir l'action</p> <p><b>But :</b> Marquer dans le but = 1pt</p> <p><b>Consignes :</b> 3 vs 1 avec 1 gardien Départ du ballon avec le défenseur Les défenseurs changent toutes les 4 minutes Chaque équipe de 3 comptent ses points <b>Attention, hors-jeu sur la ligne du défenseur</b> A la récupération, le défenseur doit aller marquer dans le petit but Les défenseurs et attaquants passent à tour de rôle</p>	<p>Durée 12'</p> <p>Nbre de joueurs 12</p> <p>Espaces 35x20</p>	<p><b>Variables</b></p> <p>1/ Ajouté un défenseur et un attaquant 2/ Marquer un but en moins de 10 secondes 3/ Les défenseurs doivent marquer en moins de 2 passes</p> <p><b>Méthode Pédagogique</b></p> <p>ACTIVE Faire répéter l'action - Questionner - Orienter Veiller à ...</p> <p>Venir fixer le défenseur (environ à 1m-1m50) Venir sur le défenseur avec de la vitesse pour créer le déséquilibre Les attaquants doivent créer des appels cordonnées et rapides pour mettre ne difficulté le défenseur A la perte de balle, il faut pour les attaquants directement venir défendre pour récupérer le ballon et marquer = contre-effort et transitions</p>
Jeu	<p><b>Objectif :</b> Réutiliser les procédés de corps de séance pour les réinverser en match</p> <p><b>But :</b> Marquer dans le but = 1 pt</p> <p><b>Consignes :</b> 2 équipes, 3 zones de jeu (Espace de conservation, de déséquilibre et de finition) Sur une passe dans la zone suivante, le passeur se projette, dès la perte de balle, retour en zone</p>	<p>Durée 15'</p> <p>Nbre de joueurs 12</p> <p>Espaces 40 x 22</p>	<p><b>Variables</b></p> <p>1/ Obligation de faire 3 passes dans la zone de conservation 2/ 1 passe maximum dans la zone de finition</p> <p><b>Méthode Pédagogique</b></p> <p>ACTIVE Laisser jouer - Observer - Questionner</p> <p><b>Veiller à ...</b></p> <p>Organiser son système: 1 gardien, 2 défenseurs, 2 milieux, 1 attaquant Reprendre des objectifs de la séance (technique et tactique) Être précis sur les contenus d'enseignements de la séance</p>