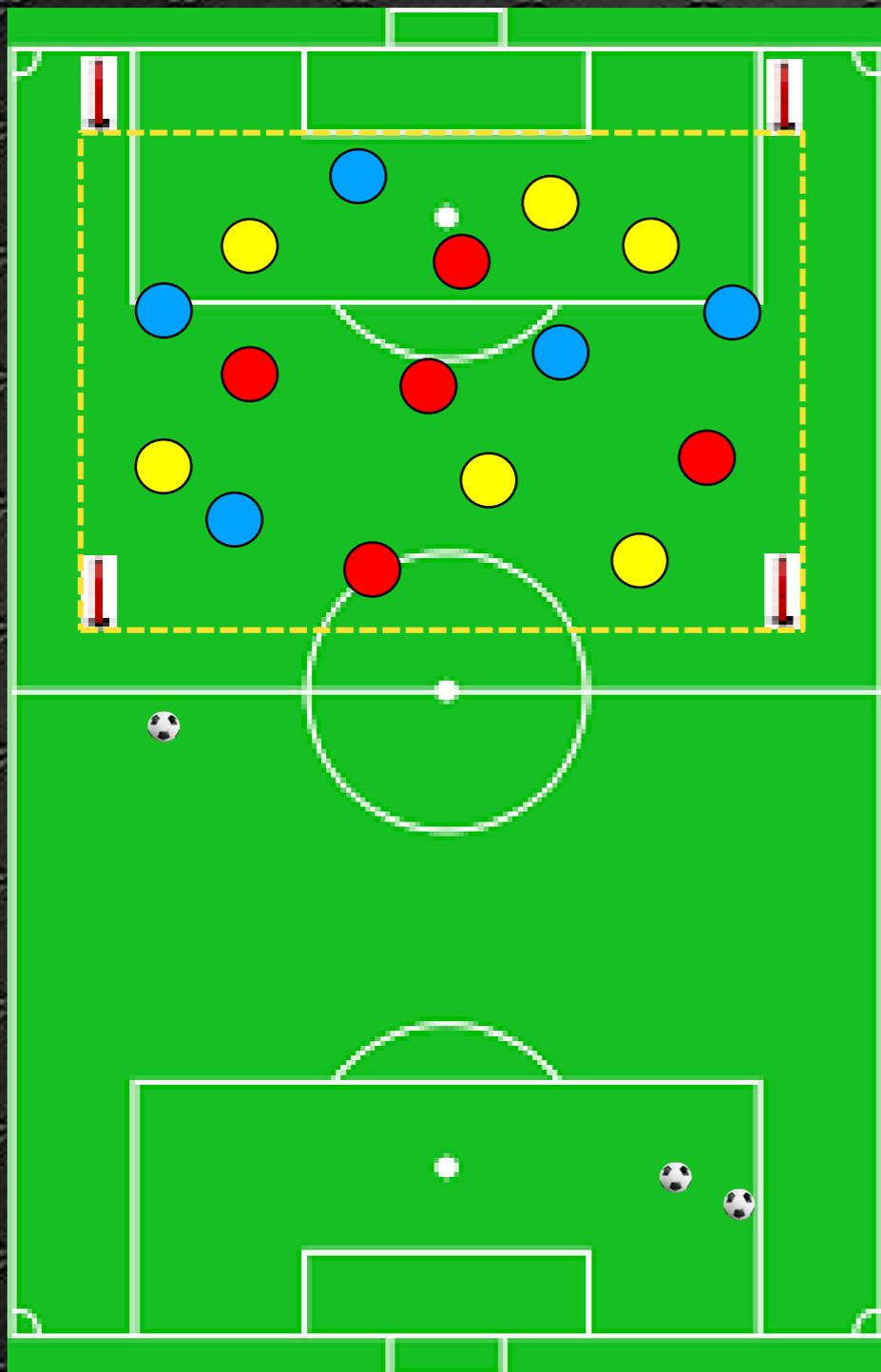




MET	Jouer dans espace libre
18H55-19H10	Améliorer capacité à identifier et jouer dans espaces libre Conserver/Progresser

	0		4		0		5		6		6		0		0
--	---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	---



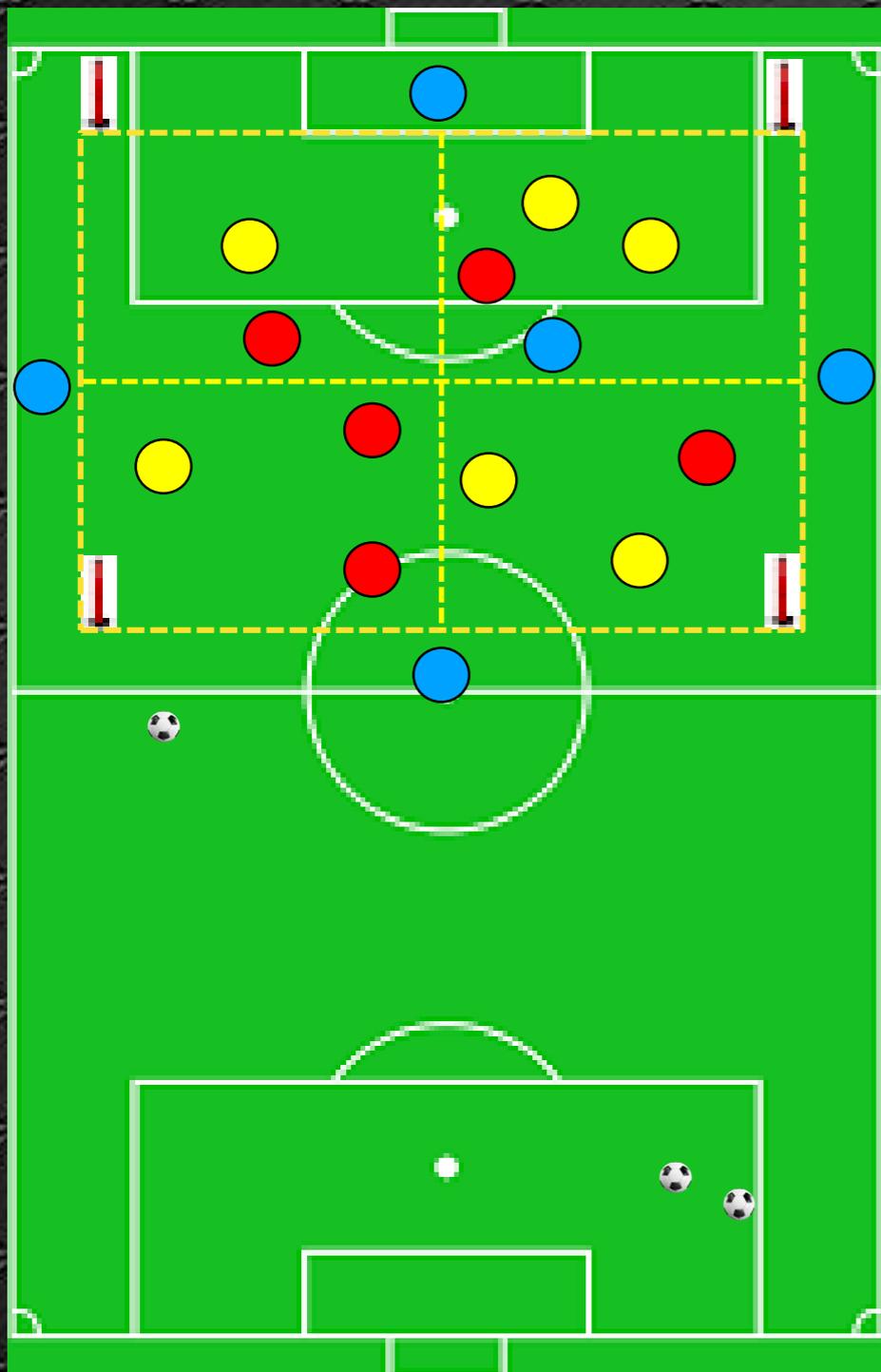
BUT	Préparer corps à l'effort+ objectif séance
CONSIGNES	<p><u>Adaptatif:</u> 6 + 6 + 5</p> <ul style="list-style-type: none"> - Libre - 2 tchs - Une/deux - +10 mètres - Deux courtes/une longue sol - Deux courtes/une longue aérien
VARIANTE(S)	
VEILLER À	<p>Ensemble des joueurs en mouvement Exigence technique (PB + Qualité de passe) Occupation espace Qualité solution offerte au porteur</p>

	<p>ANDO MEHDI EUCLIDES KEVIN JULEN</p>	<p>PEIO CEDRIC MOMO JF PAUL</p>	<p>ENEKO LUCAS.V</p>	<p>BENZE FLO BABOU IBAN XAN</p>
0	5	7	5	5



JEU	Jouer dans espace libre
19H10-19H30	Améliorer capacité à identifier et jouer dans espaces libre Conserver/Progresser

	0		4		0		5		6		6		0		0
--	---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	---



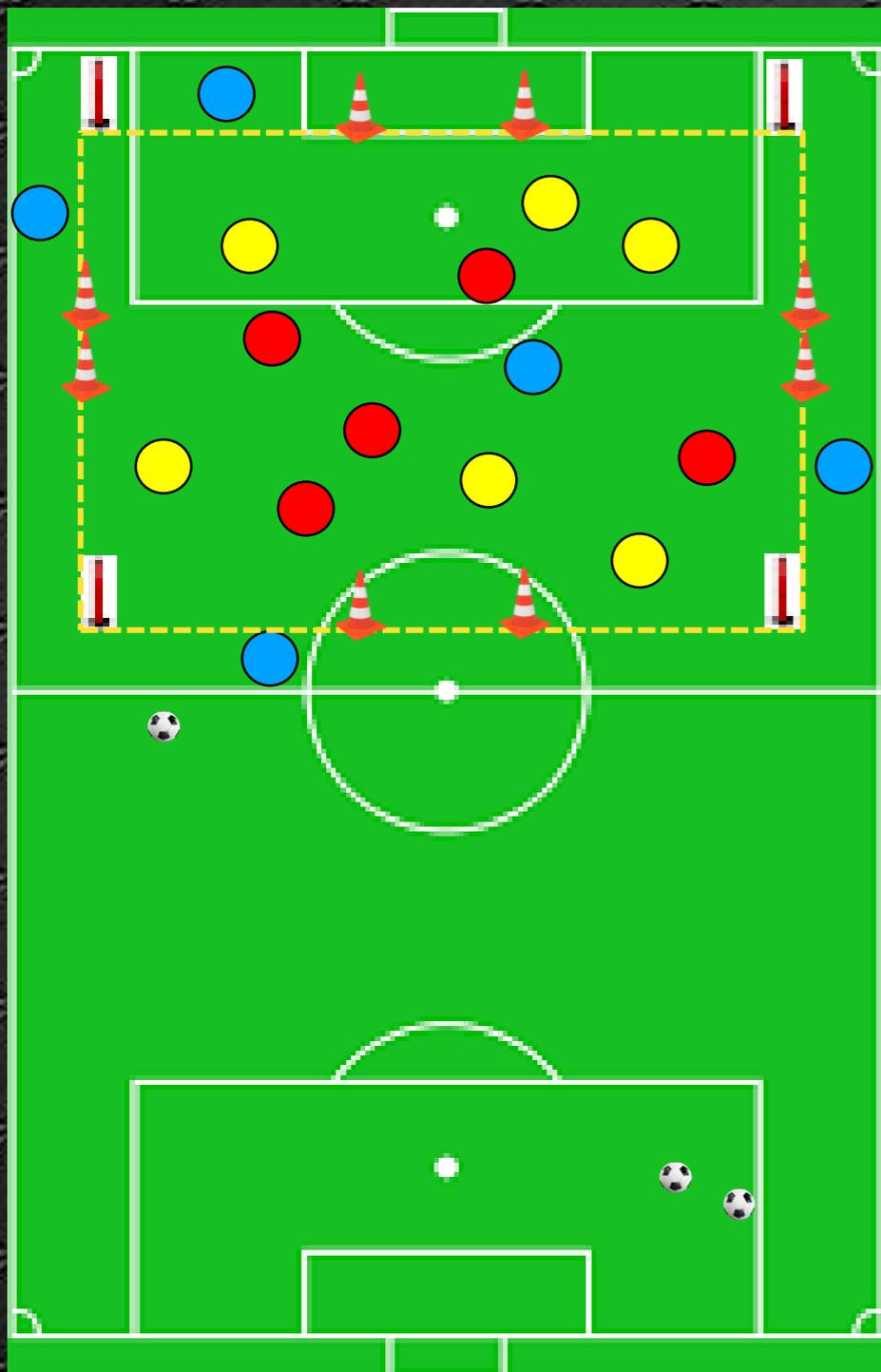
BUT	7 passes dans 3 carrés différents = 1pt
CONSIGNES	6 vs 6 + 4 app + 1jk Jeu libre / Appuis deux tchs Def: 3 carrés maxi Off: occuper 4 carrés 3x5min
VARIANTE(S)	Modifier taille surface de jeu Limiter nombre de tchs joueurs intérieur Interdire jeu aérien
VEILLER À	Qualité des déplacements Prise d'infos pour identifier espace libre Chercher à jouer dans zone libre

	ANDO MEHDI EUCLIDES KEVIN JULEN	PEIO CEDRIC MOMO JF PAUL	ENEKO LUCAS.V	BENZE FLO BABOU IBAN XAN
0	5	7	5	5



JEU	Jouer dans espace libre
19H30-19H50	Améliorer capacité à identifier et jouer dans espaces libre Conserver/Progresser

	0		4		8		5		6		6		0		0
--	---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	---



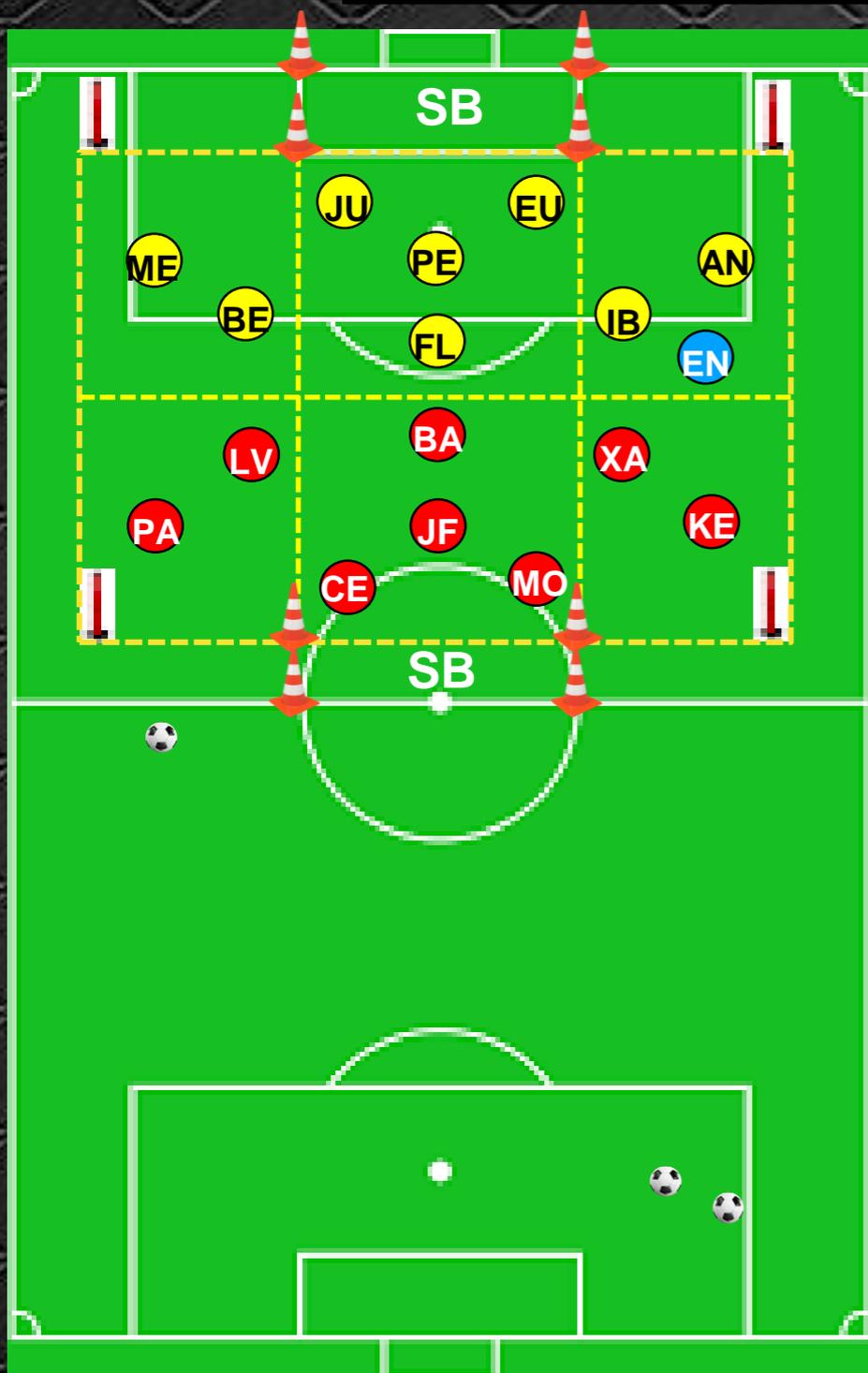
BUT	Marquer=1pt 10 passes = 1pt Marquer après 3 passes = 3pts
CONSIGNES	6 vs 6 + 4 app + 1jk Impossible de marquer des la récupération Jeu libre Appuis deux tchs déplace largeur entière 3x5min
VARIANTE(S)	Modifier taille surface de jeu Limiter nombre de tchs joueurs intérieur Trouver appui derrière porte pour marquer
VEILLER À	Occupation espace à la récupération Anticiper si récupération Positionnement du corps

	ANDO MEHDI EUCLIDES KEVIN JULEN	PEIO CEDRIC MOMO JF PAUL	ENEKO LUCAS.V	BENZE FLO BABOU IBAN XAN
0	5	7	5	5



JEU	Jouer dans espace libre
19H50-20H15	Améliorer capacité à identifier et jouer dans espaces libre Conserver/Progresser

0
 4
 8
 1
 8
 8
 0
 0



BUT	Trouver joueur lancé dans zone = 1pt <i>*Possibilité sur une touche d'aller dans zone</i>
CONSIGNES	<p>8 vs 8 +1 jk 2-3-3 V1: 2x3min DEF: 2 zones OFF: 3 zones (largeur) V2: 2x3min DEF: défendre dans la moitié adverse (profondeur) V3: 10min Libre</p>
VARIANTE(S)	Limiter nombre de tchs
VEILLER À	Variété appels (pied/espace) Identifier espace libre selon situation

	ANDO MEHDI EUCRIDES KEVIN JULEN	PEIO CEDRIC MOMO JF PAUL	ENEKO LUCAS.V	BENZE FLO BABOU IBAN XAN
0	5	7	5	5