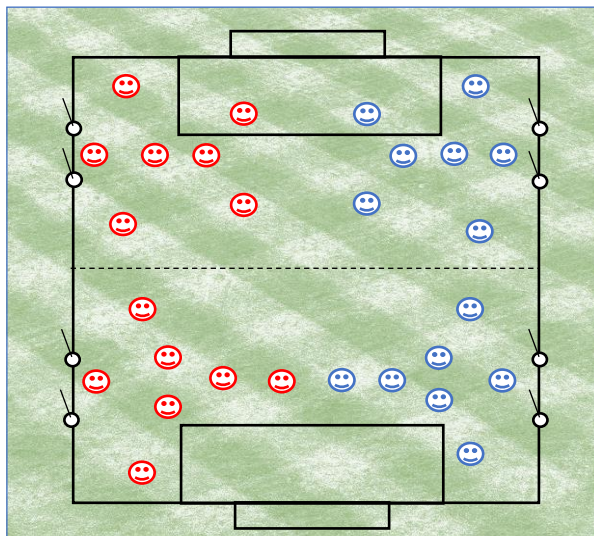


Thème : Jeu espace réduit



Jeu N°1 :



Objectif :

Améliorer la phase conserver/progresser

But :

Marquer = 1 pt

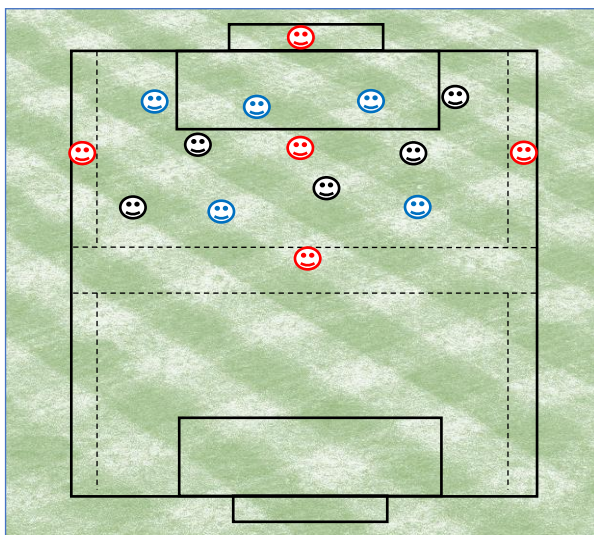
Consignes possibles :

- Mettre deux jokers qui jouent avec l'équipe en possession
- Limiter le jeu à trois touches
- Imposer système de jeu

Veiller à :

- Occupation de l'espace (respecter son poste)
- Jouer tête levée
- Qualité des déplacements (être disponible pour le porteur)

Jeu N°2 :



Objectif :

Améliorer la phase de conservation

But :

Réaliser 5 passes pour marquer 1pt

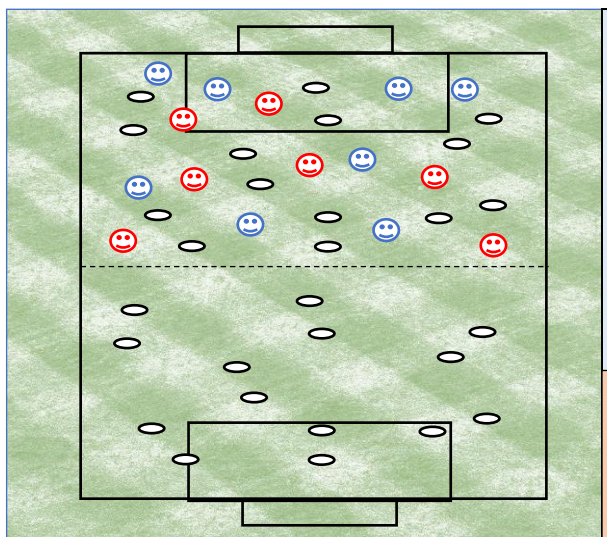
Consignes :

- 3 équipes de 5/6 joueurs : une équipe en appui qui joue avec l'équipe en possession.
- Les joueurs en appuis ont une/deux touches selon niveau
- Selon niveau du groupe possibilités de limiter le nombre de touche des deux autres équipes

Veiller à :

- Occupation de l'espace
- Jouer tête levée
- Qualité des déplacements (être disponible pour le porteur)

Jeu N°3



Objectif :

Améliorer le jeu dans les intervalles

But :

Faire une passe dans une porte = 1pt

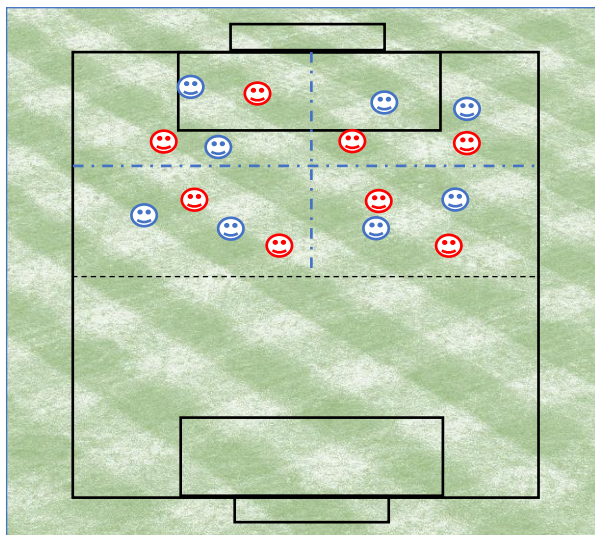
Consignes :

- Mettre au minimum le nombre de porte égale au nombre de joueur d'une équipe.
- Si trop nombreux mettre 4/5 joueurs en appui et faire des rotations.

Veiller à :

- Occupation de l'espace
- Prendre l'information
- Se déplacer par rapport aux portes

Jeu N°4



Objectif :

Améliorer la phase de conservation

But :

Trouver 3 zones par une passe = 1pt

Consignes :

Var 1 : Laisser joueurs fixe dans zones

Var 2 : Obligation d'avoir un joueur par zone en phase de possession.

- Si trop de joueur mettre des appuis (1-2-3 ou 4)

Veiller à :

- Occupation de l'espace

- Prendre l'information

- Se déplacer pour offrir une solution au porteur.