

Date	Lieu	Catégorie	Nombre de joueurs	Durée
31/01/11	Fontalon	U13	32	1 H 30
<b>DOMINANTES DE LA SEANCE</b>	<b><i>Psychologique</i></b> : Concentration, Attention, Persévérance			
	<b><i>Tactique</i></b> : Identifier les temps de jeu et Appui/Soutien			
	<b><i>Technique</i></b> : de conservation			
	<b><i>Physiologie</i></b> : endurance capacité			

TACHES - ENSEIGNEMENT	ORGANISATIONS
-----------------------	---------------

**Objectifs :**

- Attention, Concentration

**But :**

- Faire le moins de fautes

**Règles :**

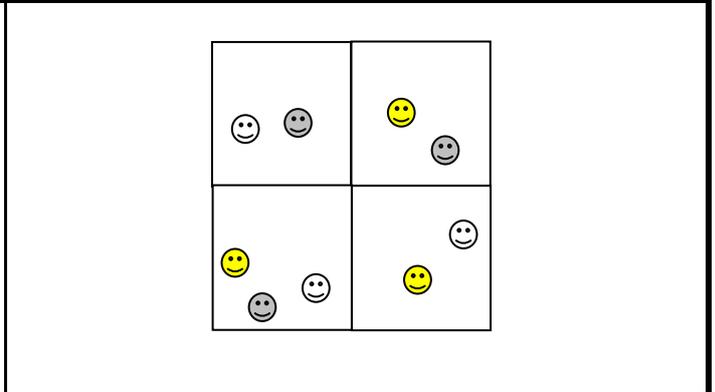
- 1 faute = 2 abdos

**Consignes :**

- 4 ballons en jeu
- Interdiction de s'arrêter d'arrêter le ballon et de le lever
- Je donne à une couleur différente dans un autre carré

**Variables :**

- Accélération, 3 touches



**Objectifs :**

- Utiliser un appui, aider en appui

**But :**

- Faire des Aller-retour

**Règles :**

- Att : 1 pt = Faire un aller-retour entre les JC A-B-A
- Déf : 1 pt = Stop ball en 3'' hors de la zone

**Consignes :**

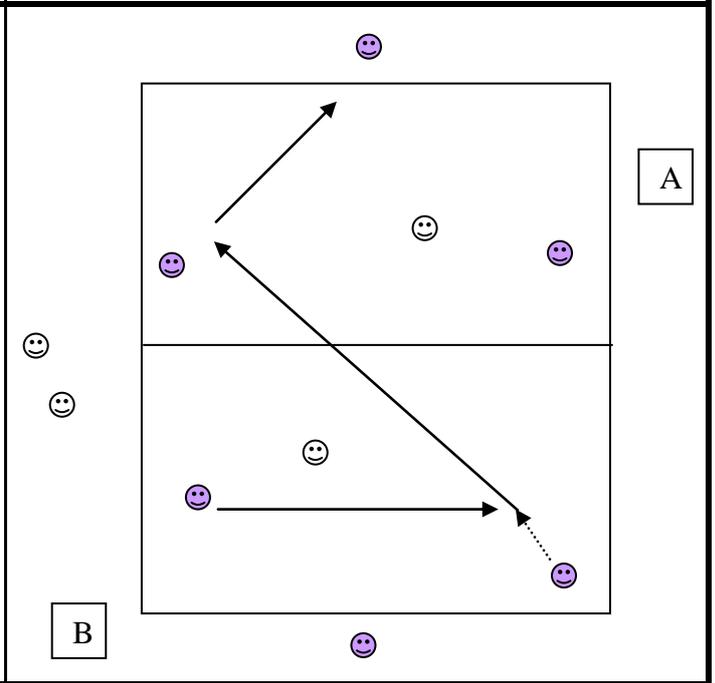
- Interdit de lever le ballon
- Les joueurs sont fixent dans les zones
- Les JC ont 1 touche de balle
- Interdiction de faire des passes en avant dans sa zone

**Variables :**

- Passe de changement de zone est réceptionnée en 1 T
- Récupération du ballon en touchant le porteur de balle
- Nombre de touches de balle

**Enseignement :**

- Occuper l'espace en largeur (soutien) + orientation
- Rechercher l'appui le plus profond
- Courses de soutien
- Déplacements d'un appui



**Objectifs :**

- Identification des phases de jeu (Conserver – Progresser)

**But :**

- Joindre le JC

**Consignes :**

- Interdit de lever le ballon
- Les JC ont 1 touche de balle

**Règles :**

- 1 pt = Conserver le ballon dans son camp pdt 10''
- 2 pt = Si joint le JC (qui remet en une touche)

**Variables :**

- Temps de possession
- 3 pt = Si joint le JC (qui remet en une touche) 3'' après récup

**Enseignement :**

- Identifier chez l'adversaire sa position,
- Identifier les rapports numériques, pour soit :
  - Conserver (Bloc adv bas)
  - Progresser (Bloc adv haut, lignes espacées, étirées)

