

CPE SEANCE CYCLE 5

Phase de jeu: Conserver/ Progresser		Thème: Améliorer les sorties de balle depuis le gardien de but		Effectif:		
<p align="center">COMPORTEMENTS ATTENDUS</p>						
<p align="center">DESCRIPTIF</p>						
<p align="center">BUT / CONSIGNES</p>						
<p align="center">CRITÈRES...</p>						
<p>DURÉE PROCÉDÉ D'ENTRAÎNEMENT MÉTHODE PÉDAGOGIQUE</p> <p>Organisation</p> <p>DURÉE TOTALE 20'</p> <p>Tps de TRAVAIL</p> <p>Tps de RÉCUP.</p> <p>Nbre de SÉRIES</p> <p>Nbre de RÉPÉT.</p> <p>Procédé d'entr.</p> <p>EXERCICE</p> <p>SITUATION</p> <p>JEU <input checked="" type="checkbox"/></p> <p>AUTRE</p> <p>Méthode péda.</p> <p>P.M.D.T.</p> <p>P.M.A.A. <input checked="" type="checkbox"/></p> <p>P.M.E.</p>		<p>S'orienter / rompre les alignements (ne pas être sur la même ligne horizontale et verticale) / se démarquer entre 2 / prendre l'info avant de recevoir / donner et re-proposer</p> <p><i>Matérialiser les 2 couloirs afin de donner des repères aux joueurs pour optimiser le positionnement sur le terrain ainsi que la création et l'utilisation de l'espace.</i></p>			<p>Espace : 20 m x 20 m</p> <p>Buts: Jaunes et Rouges sont en possession du ballon. 1 pt quand on fait un aller-retour avec les appuis jaunes. Le point est doublé quand l'un des 2 jaunes trouve la passe dans la verticalité sur l'un des 2 appuis profonds (voir flèche jaune). A la récupération du ballon les bleus prennent la place des rouges, et les rouges des bleus (transition).</p> <p>Consignes : 3 touches de balles / les joueurs à l'extérieur sont inattaquables.</p> <p>Variables : 2 touches / 1 déf peut sortir cadrer le porteur au delà des limites du terrain. / interdire la passe latérale entre les 2 appuis latéraux (ex schéma les 2 rouges à l'extérieur)</p>	<p>... de Réalisation (corrections)</p> <p>Qualité de la première touche : vers l'avant et vitesse de l'enchaînement (prise de balle pied gauche/ passe pied droit ou ...)</p> <p>Passé claquée (cheville gainée, pointe relevée vers le haut) ou dosée sur remise.</p> <p>Equilibre ...</p>
<p>Questionner/ Arrêt flash</p>						
<p align="center">COMPORTEMENTS ATTENDUS</p>						
<p align="center">DESCRIPTIF</p>						
<p align="center">BUT / CONSIGNES</p>						
<p align="center">CRITÈRES...</p>						
<p>DURÉE PROCÉDÉ D'ENTRAÎNEMENT MÉTHODE PÉDAGOGIQUE</p> <p>Organisation</p> <p>DURÉE TOTALE 20'</p> <p>Tps de TRAVAIL</p> <p>Tps de RÉCUP.</p> <p>Nbre de SÉRIES</p> <p>Nbre de RÉPÉT.</p> <p>Procédé d'entr.</p> <p>EXERCICE <input checked="" type="checkbox"/></p> <p>SITUATION</p> <p>JEU</p> <p>AUTRE</p> <p>Méthode péda.</p> <p>P.M.D.T.</p> <p>P.M.A.A.</p> <p>P.M.E. <input checked="" type="checkbox"/></p>		<p>Agrandir l'espace de jeu : profondeur, largeur (minimum 1 joueur de chaque côté sur la ligne de touche), à l'intérieur du jeu et en soutien / S'orienter / rompre les alignements (ne pas être sur la même ligne horizontale et verticale) / se démarquer entre 2 / prendre l'info avant de recevoir / donner et re-proposer</p> <p><i>Matérialiser les 4 couloirs afin de donner des repères aux joueurs pour optimiser le positionnement sur le terrain ainsi que la création et l'utilisation de l'espace.</i></p>			<p>Espace : 30 m (largeur) x 20 - 25 m</p> <p>Buts: Départ du ballon au niveau GB, relance sur l'un des 2 défenseurs. 1 pt quand on transmet le ballon à l'appui profond et que celui-ci retrouve un partenaire à l'intérieur.</p> <p>A la récupération du ballon les bleus peuvent aller marquer sur le but (1 pt) en 5".</p> <p>Consignes : 3 touches de balles pour les jaunes. Les 2 défenseurs jaunes sont inattaquables et doivent transmettre le ballon aux milieux ou aux attaquants (zone de progression) uniquement par une passe. Ils peuvent rentrer dans la zone de progression.</p> <p>Variables : 1 bleu peut sortir cadrer le porteur au delà des limites du terrain quand celui-ci touche le ballon / Possibilité aux 2 défenseurs jaunes d'aller dans la zone de progression en conduite de balle / 3 pt : appui - remise - 3ème (voir schéma : flèches en bleu ciel)</p>	<p>... de Réalisation (corrections)</p> <p>Qualité de la première touche : vers l'avant et vitesse de l'enchaînement (prise de balle pied gauche/ passe pied droit ou ...)</p> <p>Passé claquée (cheville gainée, pointe relevée vers le haut)</p> <p>Equilibre ...</p>
<p align="center">COMPORTEMENTS ATTENDUS</p>						
<p align="center">DESCRIPTIF</p>						
<p align="center">BUT / CONSIGNES</p>						
<p align="center">CRITÈRES...</p>						
<p>DURÉE PROCÉDÉ D'ENTRAÎNEMENT MÉTHODE PÉDAGOGIQUE</p> <p>Organisation</p> <p>DURÉE TOTALE 20'</p> <p>Tps de TRAVAIL</p> <p>Tps de RÉCUP.</p> <p>Nbre de SÉRIES</p> <p>Nbre de RÉPÉT.</p> <p>Procédé d'entr.</p> <p>EXERCICE</p> <p>SITUATION</p> <p>JEU <input checked="" type="checkbox"/></p> <p>AUTRE</p> <p>Méthode péda.</p> <p>P.M.D.T.</p> <p>P.M.A.A. <input checked="" type="checkbox"/></p> <p>P.M.E.</p>		<p>S'orienter / rompre les alignements (ne pas être sur la même ligne horizontale et verticale) / se démarquer entre 2 / prendre l'info avant de recevoir / donner et re-proposer</p> <p><i>Matérialiser les 4 couloirs afin de donner des repères aux joueurs pour optimiser le positionnement sur le terrain ainsi que la création et l'utilisation de l'espace.</i></p>			<p>Buts: 1pt but marqué</p> <p>Consignes: Libre dans le jeu. En possession les 4 couloirs doivent être occupés.</p> <p>Evolution :</p>	<p>... de Réalisation (corrections)</p> <p>Qualité de la première touche : vers l'avant et vitesse de l'enchaînement (prise de balle pied gauche/ passe pied droit ou ...)</p> <p>Passé claquée (cheville gainée, pointe relevée vers le haut)</p> <p>Equilibre ...</p>
<p>Questionner/ Arrêt flash</p>						