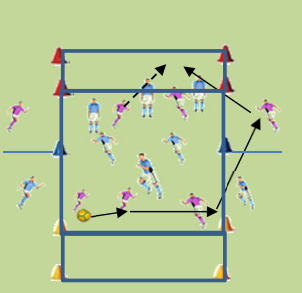
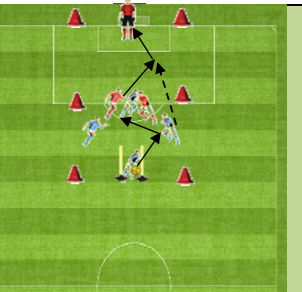


**CPE SEANCE CYCLE 4**

**Phase de jeu: Déséquilibrer** **Thème: Trouver le joueur lancé dans le dos des défenseurs** **Effectif: 16**

DURÉE PROCÉDÉ		COMPORTEMENTS ATTENDUS	DESCRIPTIF	BUT / CONSIGNES	CRITÈRES...
<b>Organisation</b> DURÉE TOTALE <input type="checkbox"/> 20' Tps de TRAVAIL <input type="checkbox"/> Tps de RÉCUP. <input type="checkbox"/> Nbre de SÉRIES <input type="checkbox"/> Nbre de RÉPET. <input type="checkbox"/> <b>Procédé d'entr.</b> EXERCICE <input type="checkbox"/> SITUATION <input type="checkbox"/> JEU <input checked="" type="checkbox"/> AUTRE <input type="checkbox"/> <b>Méthode péda.</b> P.M.D.T. <input type="checkbox"/> P.M.A.A. <input checked="" type="checkbox"/> P.M.E. <input type="checkbox"/>		Trouver un joueur lancé dans un espace libre ou dans le dos des défenseurs Jouer vers l'avant, en profondeur après un décalage Fixer pour faire sortir l'adversaire Garder le temps d'avance Timing passeur/receveur > Appel sur prise d'info ou appel en anticipation <b>Constantes :</b> Donner/reproposer Prise d'info Communication		<b>But :</b> Marquer en stopball dans la zone. <b>Objectifs :</b> Trouver le joueur lancé dans la zone de stopball <b>Consignes :</b> Sur terrain de 45m/35m, 2 zones de stopball. Trouver le joueur lancé dans la zone de stopball. Ballon repart de la source. Système en 3-2-1. <b>Variantes :</b> Possibilité pour le joueur opposé de rentrer dans le terrain et le trouver lancé dans la zone de stopball.	... de <b>Réalisation</b> (corrections) Changer de rythme sur l'appel Claquer les passes pour dynamiser le jeu Arrondir la course de l'attaquant Orientation du corps de 3/4 Att se situe dans l'intervalle et interligne ... de <b>Réussite</b> (2 maxi) Trouver joueur lancé 1 fois sur 4 possession <hr/> <b>DOMINANTES / IMPACTS</b> (sur le plan

**BILAN**  
 Péda active : laisser libre sur 4/5min, questionnement, arrêts flash

DURÉE PROCÉDÉ D'ENTRAÎNEMENT MÉTHODE PÉDAGOGIQUE		COMPORTEMENTS ATTENDUS	DESCRIPTIF	BUT / CONSIGNES	CRITÈRES...
<b>Organisation</b> DURÉE TOTALE <input type="checkbox"/> 20' Tps de TRAVAIL <input type="checkbox"/> Tps de RÉCUP. <input type="checkbox"/> Nbre de SÉRIES <input type="checkbox"/> Nbre de RÉPET. <input type="checkbox"/> <b>Procédé d'entr.</b> EXERCICE <input type="checkbox"/> SITUATION <input type="checkbox"/> JEU <input type="checkbox"/> AUTRE <input type="checkbox"/> <b>Méthode péda.</b> P.M.D.T. <input checked="" type="checkbox"/> P.M.A.A. <input type="checkbox"/> P.M.E. <input type="checkbox"/>		Trouver un joueur lancé dans un espace libre ou dans le dos des défenseurs Jouer vers l'avant, en profondeur après un décalage Fixer pour faire sortir l'adversaire Garder le temps d'avance Timing passeur/receveur > Appel sur prise d'info ou appel en anticipation <b>Constantes :</b> Donner/reproposer Prise d'info Communication		<b>But :</b> Marquer dans le grand but pour les Att et marquer dans le petit but pour les Def. <b>Objectifs :</b> Trouver le joueur lancé dans la zone 2 pour marquer. <b>Consignes :</b> Sur terrain de 25m/17m, 2 zones. 4c2 dans la 1ère zone, doit en sortir en trouvant joueur lancé dans la zone 2. Def défend quand le ballon est rentré dans la zone, Ballon repart de la source. Système en 1-2-1. <b>Variantes :</b> 5c3.	... de <b>Réalisation</b> (corrections) Changer de rythme sur l'appel Claquer les passes pour dynamiser le jeu Arrondir la course de l'attaquant Orientation du corps de 3/4 Att se situe dans l'intervalle et interligne ... de <b>Réussite</b> (2 maxi) Joueur entre dans la zone de finition 1 fois sur 2. Marquer 1 fois sur 3 <hr/> <b>DOMINANTES / IMPACTS</b> (sur le plan Athlétique)

**BILAN**  
 Travail par vague changer les joueurs au bout de 4 passages.  
 Changer statut def/att. Questionnement et arrêts flash

DURÉE PROCÉDÉ D'ENTRAÎNEMENT MÉTHODE PÉDAGOGIQUE		COMPORTEMENTS ATTENDUS	DESCRIPTIF	BUT / CONSIGNES	CRITÈRES...
<b>Organisation</b> DURÉE TOTALE <input type="checkbox"/> 20' Tps de TRAVAIL <input type="checkbox"/> Tps de RÉCUP. <input type="checkbox"/> Nbre de SÉRIES <input type="checkbox"/> Nbre de RÉPET. <input type="checkbox"/> <b>Procédé d'entr.</b> EXERCICE <input type="checkbox"/> SITUATION <input type="checkbox"/> JEU <input checked="" type="checkbox"/> AUTRE <input type="checkbox"/> <b>Méthode péda.</b> P.M.D.T. <input checked="" type="checkbox"/> P.M.A.A. <input checked="" type="checkbox"/> P.M.E. <input type="checkbox"/>		Trouver un joueur lancé dans un espace libre ou dans le dos des défenseurs Jouer vers l'avant, en profondeur après un décalage Fixer pour faire sortir l'adversaire Garder le temps d'avance Timing passeur/receveur > Appel sur prise d'info ou appel en anticipation <b>Constantes :</b> Donner/reproposer Prise d'info Communication		<b>But :</b> Marquer dans le grand but <b>Objectifs :</b> Trouver le joueur lancé <b>Consignes :</b> Jeu à 7c7 dans la zone centrale, pour en sortir, doit trouver le joueur lancé dans la profondeur. Def défend à partir du moment où le ballon est dans la zone de finition. Jeu se déroule normalement ensuite. Ballon repart de la source. Système en 3-3-1 <b>Variantes :</b> Jeu libre sans les zones sur le terrain.	... de <b>Réalisation</b> (corrections) Changer de rythme sur l'appel Claquer les passes pour dynamiser le jeu Arrondir la course de l'attaquant Orientation du corps de 3/4 Att se situe dans l'intervalle et interligne ... de <b>Réussite</b> (2 maxi) Marquer <hr/> <b>DOMINANTES / IMPACTS</b> (sur le plan

**BILAN**  
 Péda active : questionnement, arrêts flash

