



Equipe : G2012

Effectif : 22

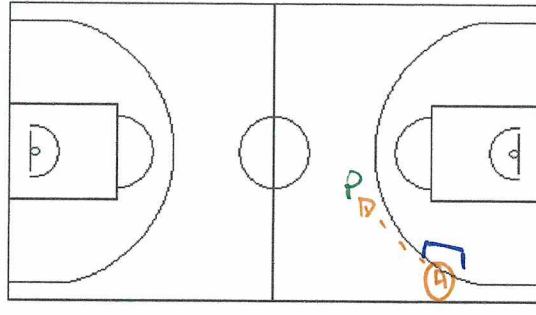
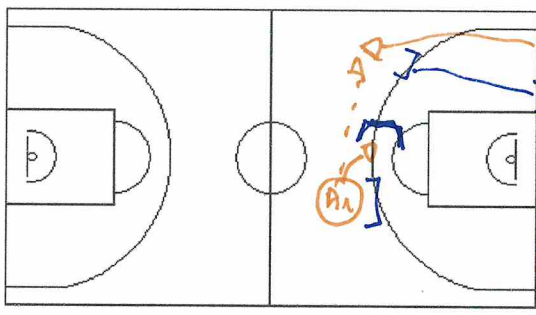
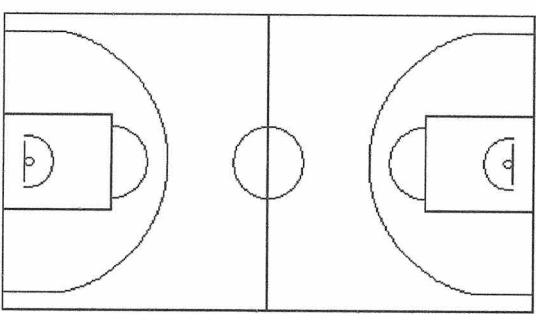
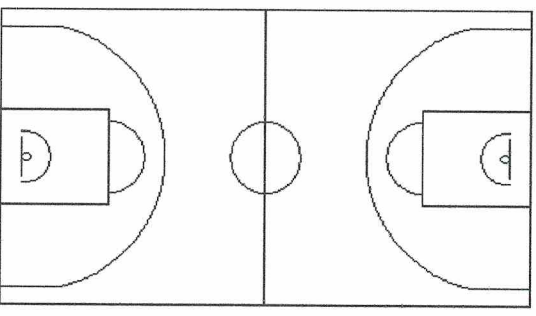
Date : 27 03 2024

Durée : 2H

Thème : Agressivité offensive

Contestation de la passe et du CURL

<u>Durée</u>	<u>Situations - Déroulement</u>	<u>Objectifs - consignes</u>
15min		<p>1) Echauffement</p> <p>A passe à P et court récupérer la balle Si P présente la balle à l'extérieur : attraper le ballon et attaquer le cercle dans le dos de P Si P présente la balle à l'intérieur : attraper le ballon et attaquer le cercle devant P</p>
10min		<p>1-2) Evolution avec un défenseur</p> <p>A passe à P et va dans l'aille Si D touche le plot bas : A attaque le milieu CURL Si D touche le plot haut : A attaque ligne de fond BACK DOOR</p>
12min		<p>2) 2c2</p> <p>Au signal du coach, les attaquants s'écartent dans l'aille Les défenseurs prennent chacun un attaquant</p> <p>1c1 Démarquage Ouverture angle de passe</p> <p>Evolution : 3c3</p>
10min		<p>3) Adresse</p> <p>Tir avec écran retard 1 ballon pour 2</p>

12min		<p>4) Contestation de la passe</p> <p>A fait travailler son défenseur 5s puis passe à P</p> <p>Sur la passe le défenseur saute au ballon et coupe la ligne de passe</p>
15min		<p>5) Contestation du CURL</p> <p>A2 monte en position d'arrière pour recevoir la passe de A1</p> <p>A1 passe et CURL</p> <p>Lorsque la balle part des mains de A1, D1 saute à la balle et conteste le CURL</p>
10min		<p>6) Adresse</p> <p>W écran retard 5s</p> <p>Si le défenseur contient l'attaquant 5s : 2LF et 1LF pour l'attaquant</p> <p>Si l'attaquant touche le ballon avant 5s : 2LF pour l'attaquant et 1LF pour le défenseur</p> <p>1^{er} en 12 pts</p>
15min		<p>7) 5c5 allé / retour</p>
OBSERVATIONS		