



Equipe : G2013

Effectif : 24

Date : 19 02 2025

Durée : 2H00

Thème : Collectif offensif / placements replacements défensifs

<u>Durée</u>	<u>Situations - Déroulement</u>	<u>Objectifs - consignes</u>
<p>A1 → D A2 A2 → P A3 A3 → D A1</p>		<p>1) Principes offensifs  a) Passe vers le bas = CURL à l'opposé de la passe  A2 passe à A1 et amène son défenseur à l'opposé avant de revenir  A3 CURL  A1 passe à A3 qui marque  b) Passe vers le haut = BACK-DOOR  A1 passe à A2  A3 qui est monté dans l'aile, part en back-door  A2 passe à A3</p>
		<p>2) 3c2+1  D3 fait la passe à A2 et va contourner le plot avant de revenir en défense.  Les attaquants doivent marquer en surnombre</p>
		<p>3) 3c3  Idem 2 sans retard défensif  Si pas de possibilité de marquer sur jeu rapide : travailler sur nos principes de jeu sur ½ terrain.</p>
		<p>4) Adresse  A1 passe à D1 et va dans le coude de la raquette, D2 va dans le coude opposé.  D1 passe à A1 et va défendre sur lui, D2 défend sur A2.  A1 tir, D1 annonce le tir  D1 et D2 font un écran retard (contact de côté, puis si nécessaire verrouiller de dos) et rebond</p>

		<p>5) Placements et replacements défensifs</p> <p>4c4</p> <p>Pression porteur Contestation de la passe à une passe Aide à l'opposer</p> <p>Communiquer</p>
--	--	--

		<p>6) 4c4 1/2 terrain principe offensifs</p> <p>Passe vers le bas = curl à l'opposé Passe vers le haut = back-door Je ne peux pas recevoir le ballon = back-door Rééquilibrer dans les espaces libres</p>
--	--	---

		<p>7) Adresse</p> <p>1 ballon pour 2 / concours</p> <p>Tirer 4 séries de 4 tirs chacun Le joueur qui tir doit toujours être en mouvement Compter les points Si 4/4 doubler les points de la série Additionner les points des 4 séries</p>
--	--	---

		<p>8) 4c4 YOYO</p> <p>1<sup>ère</sup> équipe en 5 paniers marqués</p>
--	--	---

**OBSERVATIONS**