



Equipe : G2013

Effectif : 20 Bl. Ishmaël

Date : 16/04/2025

Durée : 2H00

Thème : Principes de jeu offensifs / contestation de la passe et des CURL

<u>Durée</u>	<u>Situations - Déroulement</u>	<u>Objectifs - consignes</u>
		<p>1) Echauffement : Démarquage</p> <p>A démarquage en V, attraper le ballon face au cercle, départ croisé pied balle ligne de fond (transfert du ballon sous les genoux si nécessaire), tir en course. B démarquage en V, attraper le ballon face au cercle, départ croisé pied balle vers le milieu (transfert du ballon sous les genoux si nécessaire) tir en course.</p> <p>Varié les lâchés et les appuis</p> <p><i>Evolution</i> : mettre un défenseur / 2 dribbles max pour marquer. Priorité à droite.</p>
		<p>2) Contestation de la passe</p> <p>Thomas</p>
		<p>3) Contestation des CURL</p> <p>Thomas</p>
		<p>4) Adresse</p> <p>Alicia</p>

		<p>5) 3c2 + 1 / 3c3 Relance (aller/retour)</p> <p>D3 passe à A2 et va contourner le plot avant de revenir en défense. Marquer avant que le 3^{ème} défenseur revienne.</p> <p>Evolution : 3c3 (plus de retard défensif).</p> <p>Jeu sur demi-terrain si pas de tir en surnombre sur la relance.</p> <p>Passe dans l'aile = coupe de l'ailier opposé. Le passeur va à l'opposé.</p>
--	--	---

		<p>6) 4c4 1/2 terrain</p> <p>Principes de jeu Utilisation des espaces Ouverture angle de passe</p>
--	--	---

		<p>7) 5c5 TOUT TERRAIN</p> <p>Côté : gestuelle</p>
--	--	---

--	--	--

OBSERVATIONS

--