



Equipe : G2014

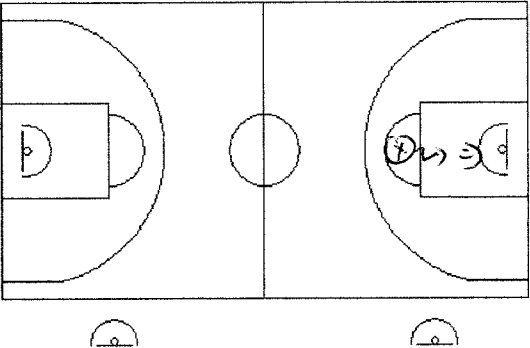
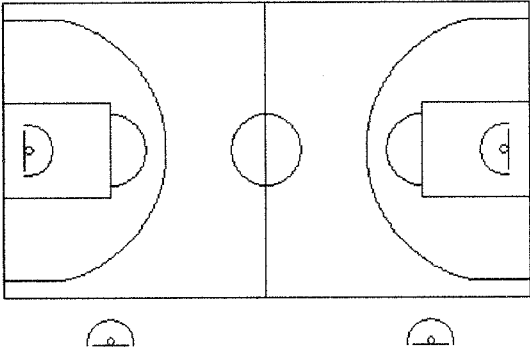
Effectif : 23

Date : 21/01/26

Durée : 2 heures

Thème : Fondamentaux Offensifs + Fondamentaux défensifs + Jeu de relance

<u>Durée</u>	<u>Situations - Déroulement</u>	<u>Objectifs - consignes</u>
25'		<p>Echauffement fondamentaux offensifs</p> <p>A1 passeur dribble vers rond central et passe dans le dribble A2 Démarquage et Finition D1 situation aide donc lecture duel</p> <p>Evolution Même chose avec D2 en défense sur A2</p>
25'		<p>Travail Défensif Alexandre Pezard</p> <p>I: TOUCHER JOUEUR → PRESSION SUR LA BALLE EN RESTANT DE FACE</p> <p>II: → ARRÊTER LE DRIBBLE → COMMUNICATION SUR LE CHANGEMENT</p>
25'		<p>Jeu de surnombre à 3 Jérôme</p> <p>3 c2 : Joueur qui perd la balle ou tire sort. Couvrir large dans le trois SEU.</p>
25'		<p>Pré-collectif 3c3 Demi + Aller-retour</p> <p>Situation 1 Drive Fond Passe extra passe Situation 2 Drive Middle passe ou backdoor</p>

10'		Adresse Qualité 1 DRIBBLE FORT SUR PLACE ET SE-TIR.
10'		Adresse Quantité
OBSERVATIONS		