NOM, PRÉNOM	
☐ JEU ☐ SITUATION ☑ EXERCICE	

MÉTHODE PÉDAGOGIQUE

Pédagogie directive - Pédagogie différenciée
Adapter le niveau de difficulté en fonction du niveau des joueuses

PHASE DE JEU	CONSERVER-PROGRESSER
PRINCIPE DE JEU	UTILISATION DE LA LARGEUR
MOYENS ASSOCIÉS	La passe, le 1-2, le contrôle orienté

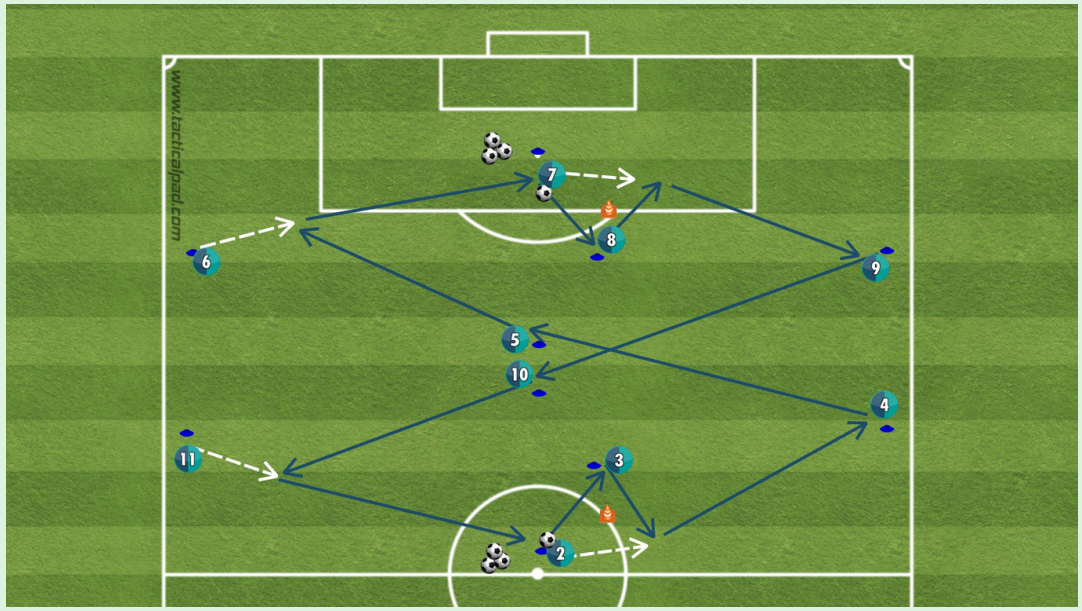
IMPACT CHARGE MENTALE - +

IMPACT CHARGE PHYSIQUE - +

☑ FACILE
☐ BASE
☐ DIFFICILE

ORGANISATION

OBJECTIF	Utiliser la largeur pour progresser
BUT(S)	Améliorer le jeu de passe de manière collective
CONSIGNES	Les joueurs se transmettent le ballon en "Passe et suit" 2 ballons en simultané
CRITÈRES DE RÉUSSITE	



SURFACE

Long	35 m
Larg	60 m

DURÉE TOTALE

10

SÉQUENCE

1

EFFECTIF

Joueurs	10-12
●	●
●	GB

MATÉRIEL

▦	
▦	
▏	
▲	2
⬭	
▲	10
⚽	10
▭	
····▶	déplacement
~~▶	conduite
——▶	passe / tir

COMPORTEMENTS ATTENDUS

COLLECTIFS (VEILLER À...)

- Réguler, temporiser le rythme de jeu pour fluidifier le mouvement des ballons

INDIVIDUELS (VEILLER À...)

- S'orienter pour recevoir et donner le ballon
- Qualité - dosage et précision - des passes
- Qualité de la 1ere touche de balle
- Privilégier le jeu au sol

VARIABLES

- Alterner "Jeu au sol et jeu aérien"
- Mettre en place un système de jeu (4-3-3 ; 4-4-2 ; 3-5-2...)

TRANSITIONS

À LA PERTE

À LA RÉCUPÉRATION

Si vous souhaitez sauvegarder ce formulaire avec vos modifications, vous devez au préalable l'enregistrer sur votre ordinateur.