

Futsal-formation continue



Patrice Sugnaux

Thème: passe et tir - débutants

Me 7.11.2012

REMARQUES:

	Contenu	Organisation	Matériel	Volume
Mise en train	<p>Thème de la mise en train = TE: la passe</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) 1 ballon par joueur, déplacements, conduite puis échanger son ballon avec un partenaire 2) drill technique à trois 3) gainage, étirement actif 4) jeu de conservation en supériorité numérique. A varier selon le niveau. 4 contre 1 ou 2 ou 3 		<p>Chasubles(3) Ballons Assiettes</p>	25
Partie principale: méthode GAG	<p>Global 1: Buts sans fond Comment? Plusieurs buts délimités par des piquets sont disposés dans la salle. Deux équipes s'affrontent et tentent de marquer des buts. Un but est considéré comme valable lorsqu'un joueur adresse une passe à un coéquipier à travers un but. Pour que le point compte, il faut qu'aucun adversaire ne touche le ballon. Interdiction de marquer deux fois de suite dans le même but.</p>		<p>Ballons Cones Chasubles(2)</p>	10
	<p>Analytique: 1) Parcours technique passe et tir 2) Tir drill</p>		<p>Ballons 2 caissons 2 buts</p>	10
	<p>Global 2: Jeu final 4:3 + 2 G. Jouer sur la supériorité numérique pour favoriser le tir au but. L'équipe en supériorité qui perd le ballon perd un joueur et l'adversaire en gagne un (transition).</p>		<p>Ballons 2 buts chasubles(2)</p>	10
RC	<p>Jonglage ballons Etirements passifs</p>			5
			12 joueurs	60