
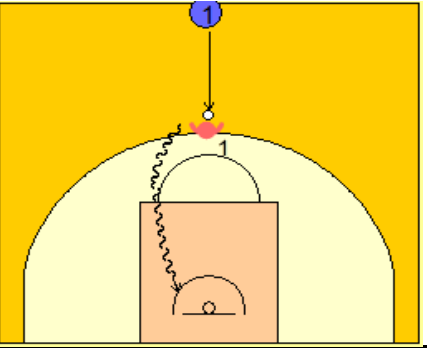
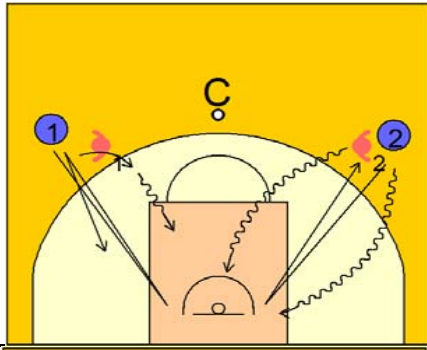
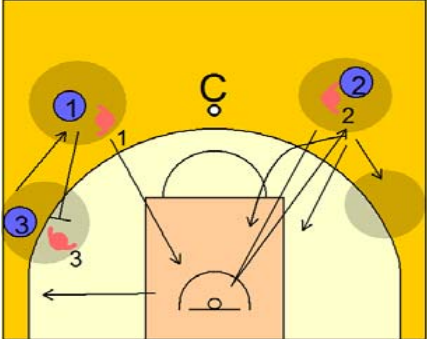
	Fiche de séance		Section Scolaire Sportive Collège Pierre Bodet		
	Date: 24/11/16	Groupe:5e	Nombre: 8+3+2		
fonda indiv off et occupation et liberation d'espaces	Objectifs:		enchainer les actions		
Durée	Schéma	Thème et Mise en place	Déroulement		Consignes techniques
45 min		travail d'appuis dans le capté de balle et le tir en course 1 ballon pour 2 1 groupe par panier 1 JNP dans l'axe 1 JP ext 3pts	JNP sprint, multiplie les appuis pour capter la balle sur un arrêt sim JP présente la balle à JNP après arrêt sim feinte de départ direct départ croisé finir tir en course 1er grp à 10 paniers puis tourne 3xMD 3xMG		fléchit contrôle / vitesse de pieds bouger la balle sur la feinte ne pas s'effondrer finitions: lay up, tir ext, step back adapter les dribbles au tir demandé
20 min		2c2 avec passeur travail autour du démarquage en V 1 passeur dans l'axe 1 attaquant et 1 def sur chaque quart de terrain	au signal, démarquage des 2 attaquants descendre sous le cercle pour ressortir 45° ext 3pts en fonction du def retard curl ou tir over play back door au contact tomber sim face travail feinte et depart		sprint stop sprint grande distance ne pas trop se rapprocher du JP chercher à curler au ballon
20 min		jeu demi terrain 3c3 avec passeur	travail de démarquage à 2 d'un côté et seul de l'autre on peu redonner au passeur comme on veut		être toujours dans le mvmt respecter les espaces respecter le sens du jeu