



ORGANISATION		ILLUSTRATION								
OBJECTIF ✓	Améliorer la dernière passe et la finition.									
BUTS 📣	Marquer un but = 1 point . Sur 10 ballons : nombre de tirs cadrés / nombre de buts.									
CONSIGNES 📋	<p>Séquence 1 : A passe à B qui donne à C. C contrôle et se projette vers l'avant en conduite, élimine le cône et enchaîne sur une frappe au but. Départ alterné à droite et à gauche (plusieurs ballons).</p> <p>Séquence 2 : A donne à B. B joue en appui-remise avec C. Après la remise, C contourne le cône derrière lui et récupère la passe latérale de B puis enchaîne sur la frappe. Départ alterné à droite et à gauche (plusieurs ballons).</p>									
ATTENTES 🏆	<p>Porter attention sur la qualité des passes (dosage, orientation des appuis et des épaules...).</p> <p>Ajuster ses appuis avant la frappe.</p> <p>Contrôler le tir (angle, surface de pied...).</p> <p>Vitesse d'exécution : prise de balle, conduite, frappe.</p> <p>Détermination à vouloir marquer : efficacité !</p>	<p>VARIABLES ↔</p> <p>Séquence 3 : A joue en appui-remise avec B. A donne ensuite à C. Idem B séquence 2 pour la suite. Mettre un défenseur à la place du cône sur la séquence 1. Imposer une surface de pied pour la frappe.</p>	<p>ROTATION</p> <p>Chaque joueur suit sa passe. Changer de côté après chaque série.</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>DURÉE</th> <th>SÉRIE</th> <th>RÉPÉTITION</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>30 minutes</td> <td>3</td> <td>15 et + par joueur</td> </tr> </tbody> </table>		DURÉE	SÉRIE	RÉPÉTITION	30 minutes	3	15 et + par joueur
DURÉE	SÉRIE	RÉPÉTITION								
30 minutes	3	15 et + par joueur								