|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Date** |  | **Equipe/Catégorie** |  | **Entraîneur** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **X** | Joueur | **O** | Adversaire |  | Dribbling |  | Passe |  | Déplacement |  | Ballon aérien |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| q Nous avons le ballon | q Nous perdons le ballon | q Nous n’avons pas le ballon | q Nous récupérons le ballon |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Thème/Principes** |  | **Accent** |
| **Objectifs** |  | q TA | q TE | q PP | q PE |
|  |  | q  |
| **Développement** |  |
|  |

|  |  |
| --- | --- |
| **Mise en train** | **Durée:** |
| **Echauffement** | Description | Coaching |
|  |  |  |
| **Prévention** | Description | Coaching |
|  |  |  |
| **TE/TA/PE –** Mise en train | Description |
|  |  |
| Coaching |
|  |
| **Explosivité** | Description | Coaching |
|  |  |  |
| **q Forme jouée q Exercice - 1** | **Durée:** |
| Dessin | Description |
| Organisation |  |
| Coaching |
|  |
| Variations (+/-) |
|  |
| **q Forme jouée q Exercice - 2** | **Durée:** |
| Dessin | Description |
| Organisation |  |
| Coaching |
|  |
| Variations (+/-) |
|  |
| **Jeu libre** | **Durée:** |
|  |  |
| **Retour au calme** | **Durée:** |
|  |  |

|  |
| --- |
| **Commentaires / Réflexions** |
|  |
|  |
|  |

**Compléments**

|  |  |
| --- | --- |
| **q Echauffement / q Prévention / q Explosivité** | **Durée:** |
|  | Description |
|  |
| Coaching |
|  |
| **q Echauffement / q Prévention / q Explosivité** | **Durée:** |
|  | Description |
|  |
| Coaching |
|  |
| **q TE/TA/PE –** Mise en train | **Durée:** |
| Dessin | Description |
| Organisation |  |
| Coaching |
|  |
| Variations (+/-) |
|  |

**Compléments**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **q Forme jouée q Exercice - 1** | **q Forme jouée q Exercice - 2** | **Durée:** |
| Dessin | Description |
| Organisation |  |
| Coaching |
|  |
| Variations (+/-) |
|  |
| **q Forme jouée q Exercice - 1** | **q Forme jouée q Exercice - 2** | **Durée:** |
| Dessin | Description |
| Organisation |  |
| Coaching |
|  |
| Variations (+/-) |
|  |