



## PROGRAMMATION FORMATION 2023-2024

### AVRIL

| Semaine   | S13 25 - 31                                                                                                                                                              | S14 01 - 07 | S15 08 - 14                                                                               | S16 15 - 21 |
|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|
| Technique | Contrôle - Passe                                                                                                                                                         |             | Frappe                                                                                    |             |
| Attitudes | <ul style="list-style-type: none"> <li>→ Choix de surface de contact</li> <li>→ Qualité, dosage, intensité</li> <li>→ Précision, dans les pieds ou profondeur</li> </ul> |             | <ul style="list-style-type: none"> <li>→ Choix de surface</li> <li>→ Puissance</li> </ul> |             |

### MAI

| Semaine   | S17 22 - 28                                                                                                                                                                                                             | S18 29 - 05 | S19 06 - 12                                                                                                                                                              | S20 13 - 19 |
|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|
| Technique | Conduite - Dribble                                                                                                                                                                                                      |             | Contrôle - Passe                                                                                                                                                         |             |
| Attitudes | <ul style="list-style-type: none"> <li>→ Maîtrise</li> <li>→ Rapidité</li> <li>→ Fréquence des touches en fonction de l'espace et du temps disponible</li> <li>→ Prendre les informations durant la conduite</li> </ul> |             | <ul style="list-style-type: none"> <li>→ Choix de surface de contact</li> <li>→ Qualité, dosage, intensité</li> <li>→ Précision, dans les pieds ou profondeur</li> </ul> |             |
|           | → Rythme, détermination, enchaînement tir ou passe                                                                                                                                                                      |             |                                                                                                                                                                          |             |