

Un plan de séance modulable

DES PRINCIPES A RESPECTER

Principe 1 : **Variété** dans l'offre de séance

Principe 2 : **Cohérence** globale en lien avec l'objectif fixé et la conception générale de l'entraînement

Principe 3 : **Le jeu**, au cœur de la démarche pour apprendre

Principe 4 : **Progressivité** dans la séance et entre les séances

PLAN DE SEANCE N°1		
1	15 à 20'	Les jeux
2	15 à 20'	Les situations
3	15 à 20'	Les exercices TK
4	15 à 20'	Les jeux Le match
5' : BILAN DE LA SEANCE : PLAISIR – OBJECTIFS - CONCENTRATION		

PLAN DE SEANCE N°3		
1	15 à 20'	La coordination motrice Les jonglages Les procédés complémentaires
2	15 à 20'	Les jeux
3	15 à 20'	Les exercices TK
4	15 à 20'	Les jeux Le match
5' : BILAN DE LA SEANCE : PLAISIR – OBJECTIFS - CONCENTRATION		

PLAN DE SEANCE N°2		
1	15 à 20'	La coordination motrice Les jonglages Les procédés complémentaires
2	15 à 20'	Les jeux
3	15 à 20'	Les situations
4	15 à 20'	Les jeux Le match
5' : BILAN DE LA SEANCE : PLAISIR – OBJECTIFS - CONCENTRATION		

PLAN DE SEANCE N°4		
1	15 à 20'	Les jeux
2	15 à 20'	Les jeux
3	15 à 20'	Les jeux
4	15 à 20'	Les jeux
5' : BILAN DE LA SEANCE : PLAISIR – OBJECTIFS - CONCENTRATION		

