



PROGRAMMATION FORMATION 2025-2026

AVRIL

| Semaine | S13 31 - 06 | S14 07 - 13 | S15 14 - 20 | S16 28 - 04 |
|-----------|---|-------------|-----------------------------------|-------------|
| Technique | Contrôle - Passe | | Frappe | |
| Attitudes | → Choix de surface de contacte → Qualité, dosage, intensité → Précision, dans les pieds ou profondeur | | → Choix de surface → Puissance | |

MAI

| Semaine | S17 05 - 11 | S18 12 - 18 | S19 19 - 25 | S20 26 - 01 |
|-----------|---|-------------|---|-------------|
| Technique | Conduite - Dribble | | Contrôle - Passe | |
| Attitudes | → Maîtrise → Rapidité → Fréquence des touches en fonction de l'espace et du temps disponible → Prendre les informations durant la conduite | | → Choix de surface de contacte → Qualité, dosage, intensité → Précision, dans les pieds ou profondeur | |
| | → Rythme, détermination, enchaînement tir ou passe | | | |