



Thème de séance : Occuper l'espace en largeur et profondeur		
On a le ballon	Conserver / Progresser	Déséquilibrer / Finir
On n'a pas le ballon	S'opposer à la progression	S'opposer pour protéger son but

U11

SEMAINE : ,

Matériel

		9				

Déplacement joueur	Déplacement ballon	Déplacement joueur/ballon

Effectif

Partie	Taches	Descriptif	Elements pedagogiques	
Jeu	Apprentissage du jeu		Variables	
	Objectifs: Occuper l'espace en largeur et en profondeur		Durée 12' à 15'	Compter le point après une passe au capitaine Compter le point après une passe retour du capitaine
	But : Faire une passe au capitaine		Nbre de joueurs 4(+1)x4(+1)	Méthode Pédagogique
	Consignes : Utiliser les notions d'appuis, appels, soutien selon les possibilités		Espaces 30 x 20	ACTIVE
	Se déplacer dans les intervalles			Laisser jouer- Observer - Questionner
	Se démarquer			Veiller à ...
Exercice de motricité	Développer des compétences motrices		Variables	
	Objectifs : Coordination des mouvements et passe jonglerie			Méthode Pédagogique
			Nbre de joueurs	DIRECTIVE
				Expliquer - Démontrer - Faire répéter les gestes
		Veiller à ...	Qualité des appuis Surface utilisée pour la passe	
	Objectifs :	Durée	Variables	

Exercice Analytique

conserver jouer sur la largeur

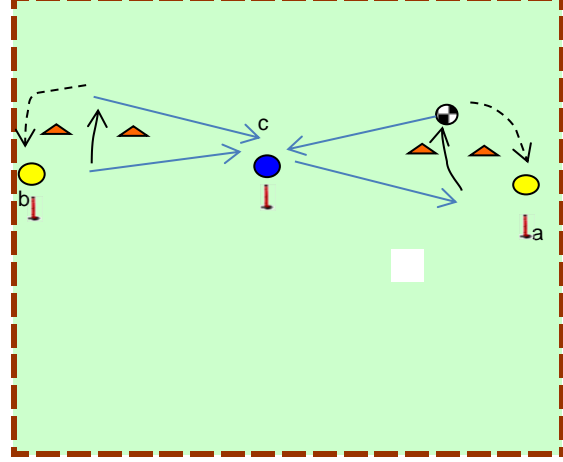
But :
 protéger son ballon a la reception d une passe
 enchaîner rapidement

Consignes :
 ● A et B attaque le ballon sur passe de C, contrôle
 orienter a l'opposé du défenseur et passe a C
 ● C attaque le ballon sur passe de A ou B, contrôle
 orienter a l'opposé du défenseur et passe a l'opposé

Durée
12' à 15'

Nbre de joueurs
12

Espaces
30 x 20



Imposer un enchaînement de passe au sol

Méthode Pédagogique
DIRECTIVE
 Expliquer- Démontrer - Faire répéter les gestes

Veiller à ...
 Toujours regarder le ballon pendant le déplacement

Situation

Apprentissage du jeu

Objectifs : Occuper l'espace en largeur et en profondeur

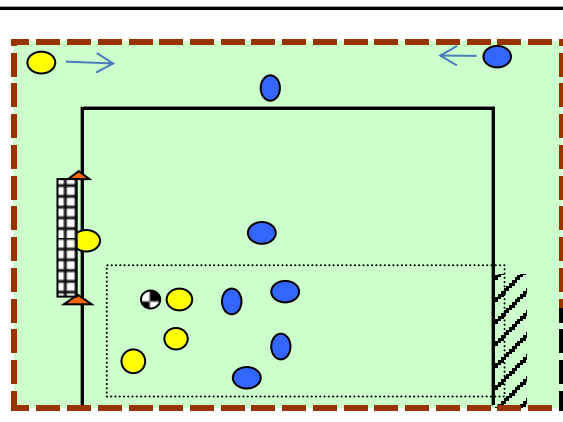
But :
 Faire un stop-ball derrière la ligne
 Défendre la ligne médiane et marquer

Consignes :
 après recup obligation de passer par l'apui
 opposé a la zone de recup
 ● reste ds la zone laterale jusqu a la perte du ballon

Durée

Nbre de joueurs

Espaces



Variables

Méthode Pédagogique
ACTIVE
 Faire répéter l'action - Questionner - Orienter

Veiller à ...
 Etre visible du porteur (non porteur)
 Voir avant (prise d'information)

Jeu

Objectif : Occuper l'espace pour progresser et marquer

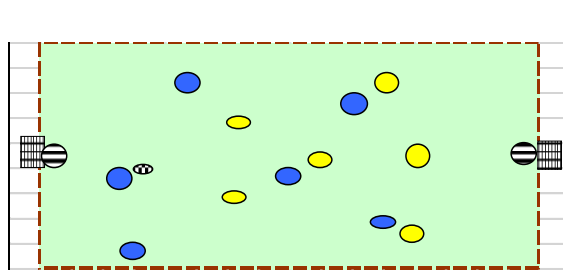
But : Gagner le match

Consignes :
 Règles du football à 7

Durée
15'

Nbre de joueurs
7 c 7

Espaces
60 x 50



Variables

Méthode Pédagogique
ACTIVE
 Laisser jouer- Observer - Questionner

Veiller à ...
 Organiser son équipe = Choix d'un système
 Reprendre des objectifs de la séance (technique et tactique)
 Valoriser et compter les points

