



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

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

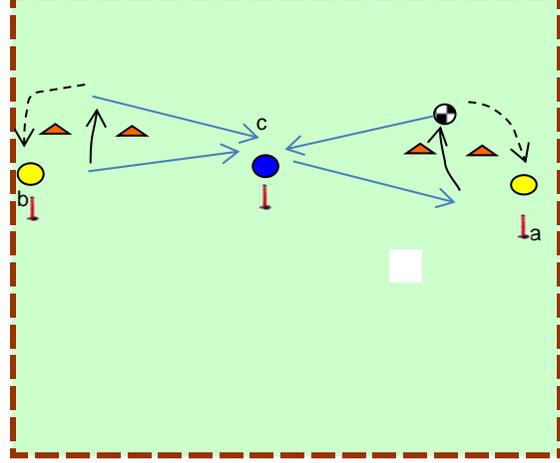
12' à 15'

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

Apprentissage du jeu

Objectifs : Occuper l'espace en largeur et en profondeur

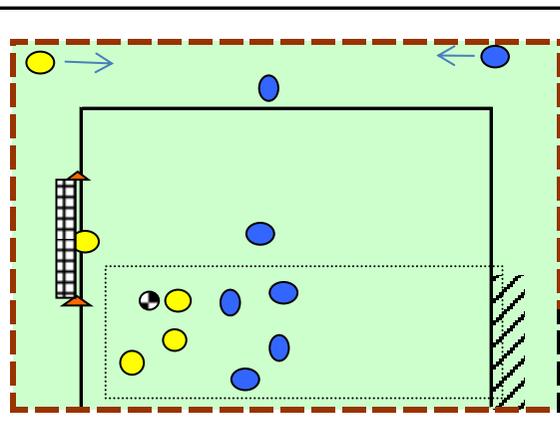
But :
 Faire un stop-ball derrière la ligne
 Défendre la ligne médiane et marquer

Consignes :
 après recup obligation de passer par l'apui
 opposé a la zone de recup ●
 ● reste ds la zone lateral 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)

Objectif : Occuper l'espace pour progresser et marquer

But : Gagner le match

Consignes :
 Règles du football à 7

Durée

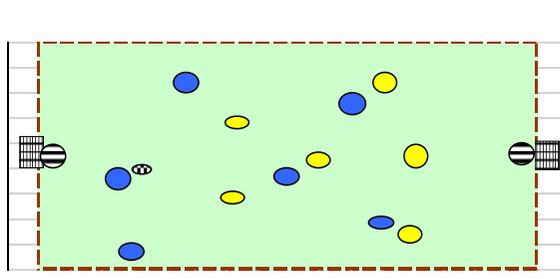
15'

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

