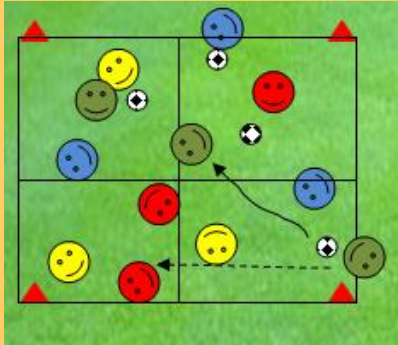
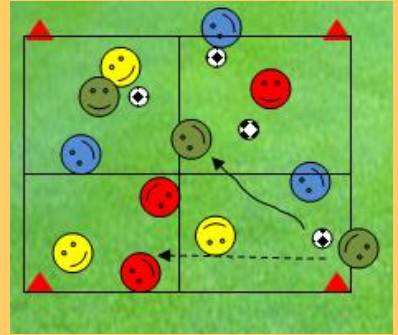
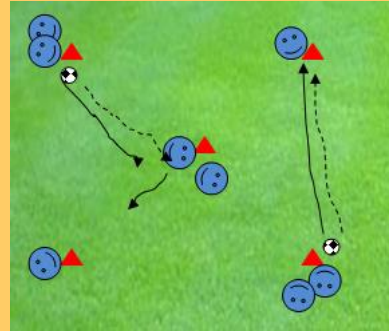
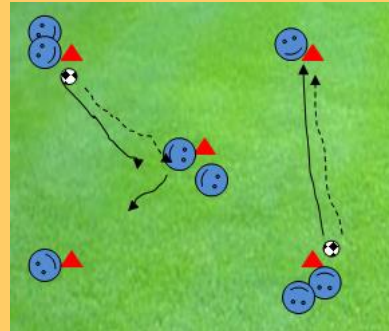
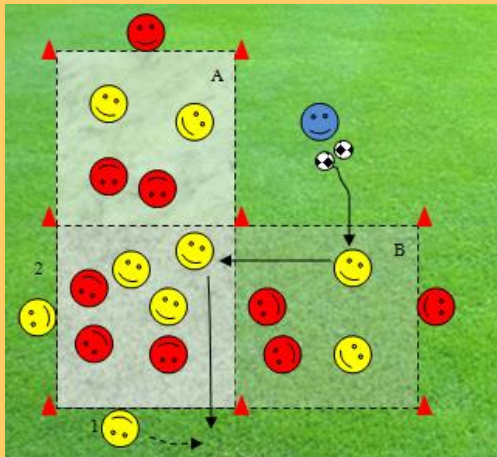
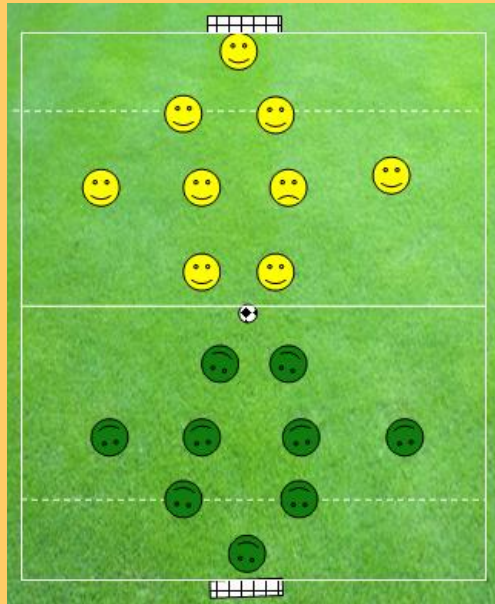


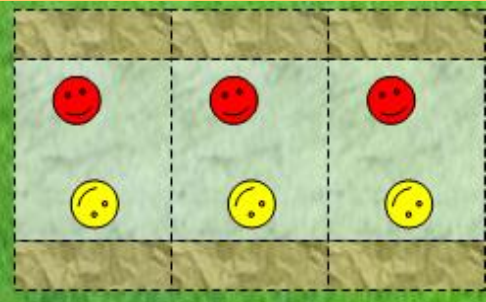
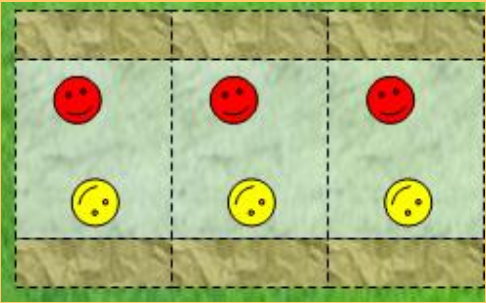
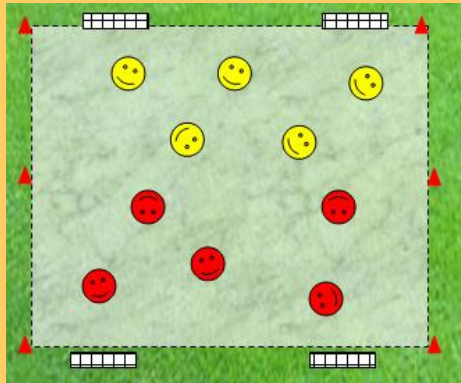
Séance 29 - S'opposer à la progression du ballon	Date	Lieu	Catégorie	Nombre de joueurs	Durée
	Mercredi 14 Novembre	Cernex	U13	20 joueurs	1h30mn

Jeu - Echauffement	Organisation	Technique/ vitesse	Organisation
<p>Temps de jeu : Conservé le ballon</p> <p>Principe de jeu : Jouer en mouvement</p> <p>Règles d'actions : Se montrer dans les intervalles</p> <p>But du jeu : Echanges de passes courtes</p> <p>Consignes : Jeu libre Quand j'ai donné le ballon, je change de rectangle en évitant d'aller dans le rectangle dans lequel j'ai effectué la passe.</p>	<p>Organisation 4 carrés de 12m par 12m 9 joueurs (3 équipes de 3 joueurs). Durée : Une première séquence de 3' pour comprendre l'environnement et les règles. Ensuite 2 séquences de 2' suivi d'une récupération passive de 1'. Faire deux sous-systèmes.</p>  	<p>Problème de jeu rencontré :</p> <p>Temps de jeu :</p> <p>Principe de jeu :</p> <p>Règles d'actions :</p> <p>But du jeu : Qualité des passes</p> <p>Consignes : Jeu au sol. Limite 3 touches de balle. Les joueurs en possession du ballon doivent chercher une solution avec un joueur sans ballon et effectuer une course où il a joué le ballon. Le joueur qui reçoit le ballon fait un contrôle et cherche à son tour une solution. Avant d'effectuer la passe, le joueur qui fait la passe, doit donner des informations à son partenaire (seul, ce qui permet à ce dernier de faire un contrôle orienté-côté ou attention s'il y a 2 joueurs, ce qui fait que le joueur qui reçoit le ballon fait un contrôle en protégeant son ballon (son corps entre l'autre joueur qui attend « passif » et le ballon).</p> <p>Variables – évolutions :</p> <ul style="list-style-type: none"> • 2 touches de balle. • Changer de sens. 	<p>Organisation Un carré de 16m par 16m, avec un cône au centre de ce dernier. 8 joueurs, 2 au centre (sans ballon), 2 x 2 joueurs avec 1 ballon pour chaque groupe à 2 extrémités du carré et 2 x 1 joueur aux autres extrémités (sans ballon). 2 ballons sont donc toujours en mouvement soit sur les côtés ou à l'intérieur du carré. Durée : 1'30 / 5 à 5 répétition – 2 séries Faire deux sous-systèmes.</p>  
<p>Variables – évolutions :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Après la passe, aller faire le tour du coin du carré. Lorsque le joueur rentre de nouveau sur le terrain, il doit faire un appel au porteur du ballon. • 3 touches de balle maximum par joueur si besoin. 			
<p>Critères de réussites : Peu de ballons doivent sortir du jeu</p> <p>Enseignement : La difficulté consiste à garder sa <u>concentration</u> et sa <u>lucidité</u> afin d'assurer les passes et des déplacements permettant aux ballons de continuer de vivre.</p>	<p>Comportement attendu : Les déplacements doivent être dynamiques, à savoir il doit être constaté un changement de vitesse après avoir effectué une passe.</p>	<p>Critères de réussites :</p> <p>Enseignement :</p>	<p>Comportement attendu : Dosage des passes et prises de balles de qualités. Protéger le ballon où l'on se trouve de deux (extérieur du pied et position protection du ballon, corps obstacle). Accélérer après la passe et ne pas accélérer en faisant la passe.</p>

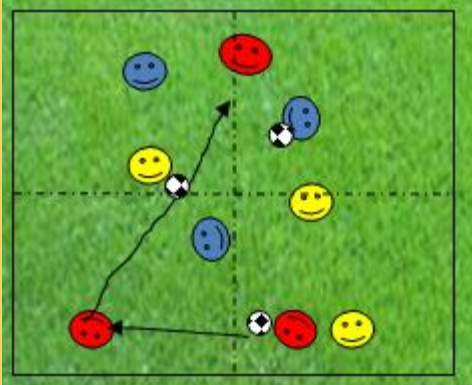
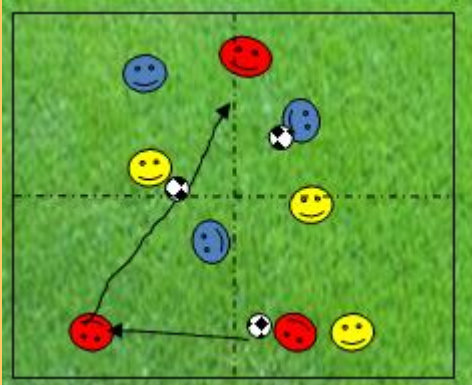
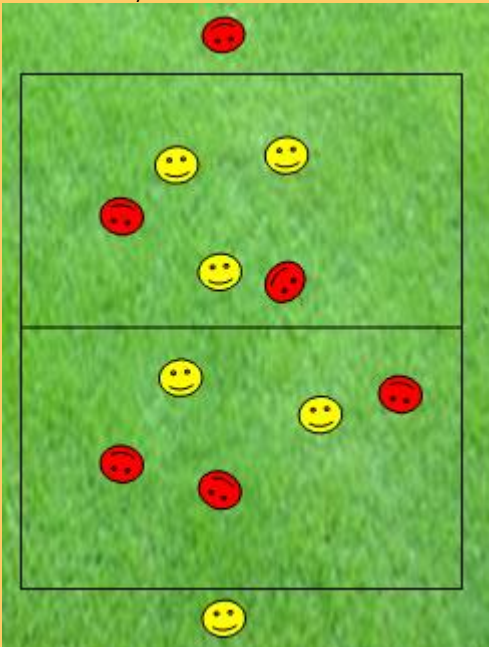
Séance	Date	Lieu	Catégorie	Nombre de joueurs	Durée
29	Mercredi 14 Novembre	Cernex	U13	20 joueurs	1h30mn

Tactique	Organisation	Jeu à thème	Organisation
<p><u>Temps de jeu :</u> Opposition à la progression du ballon.</p> <p><u>Principe de jeu :</u> S'opposer à la progression du ballon</p> <p><u>Règles d'actions :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Cadrer le porteur • Protéger l'axe • Bloc équipe : Réduire les angles et les intervalles en largeur et profondeur (entre les lignes). <p><u>But du jeu :</u> Transmettre le ballon aux joueurs cibles. Si l'attaque passe par zone A alors trouver le joueur cible 1, si l'attaque passe par zone B alors trouver le joueur cible 2.</p> <p><u>Consignes :</u></p> <p>Jeu au sol.</p> <p>Les attaquants sont fixés dans leur zone.</p> <p>Les défenseurs sont libres.</p> <p>A la récupération les défenseurs ont 5'' pour transmettre le ballon sur un joueur cible sans opposition</p> <p><u>Variables – évolutions :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • jeu long autorisé • un attaquant peut changer de zone sur une conduite de balle. • Si le joueur cible est cadré en profondeur alors prévoir une zone interdite à 3m ce qui devrait rendre plus difficile le cadrage avec le jeu aérien. <p><u>Critères de réussites :</u> Sur 10 ballons en jeu, il ne doit pas être possible de trouver son joueur cible plus de 4 fois.</p> <p><u>Enseignement :</u></p>	<p><u>Organisation</u> 3 carrés 25 x 25 m en forme de L (voir figure ci-dessous). 9c9 (18 joueurs)</p>  <p><u>Retour terrain :</u> Les attaquants et les défenseurs sont fixes dans leur zone, mettre une règle afin d'avoir un surnombre dans les carrés A et B afin que les ballons puissent sortir de ces carrés.</p> <p>Attention à la taille des carrés, j'avais fait des carrés de 12m par 12m en raison de la petitesse du terrain disponible ce soir et c'était trop petit.</p> <p>Jeu difficile à mettre en œuvre pour la première fois, mais il semble avoir plu aux joueurs.</p> <p><u>Comportement attendu :</u> Le porteur du ballon doit rapidement être cadré afin qu'il ne soit pas possible de trouver son joueur cible. Les partenaires doivent réduire les angles de passes</p>	<p><u>Problème de jeu rencontré :</u></p> <p><u>Temps de jeu :</u></p> <p><u>Principe de jeu :</u></p> <p><u>Règles d'actions :</u></p> <p><u>But du jeu :</u></p> <p><u>Consignes :</u></p> <p><u>Variables – évolutions :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • . <p><u>Critères de réussites :</u></p> <p><u>Enseignement :</u></p>	 <p><u>Comportement attendu :</u></p>

Séance 30 - Remplacement entre l'axe et le but	Date	Lieu	Catégorie	Nombre de joueurs	Durée
	Vendredi 16 Novembre	Cernex	U13	15 joueurs	1h

Jeu - Echauffement	Organisation	Technique/ Vitesse	Organisation
<p><u>Temps de jeu :</u> Opposition à la progression du ballon.</p> <p><u>Principe de jeu :</u> s'opposer à la progression de l'adversaire : en réduisant son espace de jeu.</p> <p><u>Règles d'actions :</u> Remplacement entre l'axe et le but Orienter l'adversaire vers les côtés. Ne pas se faire éliminer</p> <p><u>But du jeu :</u> Gagner son duel pour monter vers la ligue 1.</p> <p><u>Consignes :</u> Pour marquer, le joueur doit stopper le ballon dans l'en-but adverse. Système de montée/descente : - les vainqueurs montent (vers terrain 1) et les perdants descendent (vers terrain 4). - le vainqueur du terrain 1 et le perdant du terrain 4 ne changent pas de terrain.</p> <p><u>Variables – évolutions :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> . <p><u>Critères de réussites :</u></p> <p><u>Enseignement :</u></p>	<p><u>Organisation</u> Plusieurs terrains de 15x6m avec une zone de 2m aux extrémités. Match de 1'30 en 1c1.</p>  	<p><u>Temps de jeu :</u> Opposition à la progression du ballon.</p> <p><u>Principe de jeu :</u> s'opposer à la progression de l'adversaire : en réduisant son espace de jeu.</p> <p><u>Règles d'actions :</u> Remplacement entre l'axe et le but</p> <p><u>But du jeu :</u> Gagner la rencontre.</p> <p><u>Consignes :</u> Un but marqué après récupération dans le camp adverse compte triple.</p> <p><u>Variables – évolutions :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Si le but est marqué depuis la zone défensif : 3 points, 1 point sinon sauf s'il est récupérer en zone offensive. <p><u>Critères de réussites :</u></p> <p><u>Enseignement :</u></p>	<p><u>Organisation</u> 4C4 (maximum 5c5) sinon faire 2 sous –systèmes 3c3. Terrain + large que long</p>  <p style="color: red;"><u>Retour terrain :</u> En raison d'un nombre important de joueurs, j'ai adapté le jeu en mettant des appuis en profondeur entre les deux buts et des appuis sur les côtés. Les appuis en profondeur ont ajouté une incertitude aux défenseurs et cela a été très intéressant.</p> <p><u>Comportement attendu :</u> - aller presser l'adversaire pour le contrer et marquer - intérêt porté à la défense</p>



Séance 31 - Remise et déviation	Date	Lieu	Catégorie	Nombre de joueurs	Durée
	Mercredi 21 Novembre	Cernex	U13	8 joueurs	1h30mn

Jeu - Echauffement	Organisation	Technique/ vitesse	Organisation
<p><u>Temps de jeu :</u> Con server : Progresser</p> <p><u>Principe de jeu :</u> Jouer en mouvement</p> <p><u>Règles d'actions :</u> Technique : Remise et déviation</p> <p><u>But du jeu :</u></p>	<p><u>Organisation</u> 1 ballon pour 3 joueurs. Carré de 25m par 25m Faire deux sous-systèmes.</p>  	<p><u>Problème de jeu rencontré :</u> Trop de ballons perdus parce que nous ne protégeons pas suffisamment notre ballon.</p> <p><u>Temps de jeu :</u> Conserver /- progresser - déséquilibrer</p> <p><u>Principe de jeu :</u> Ne pas perdre le ballon</p> <p><u>Règles d'actions :</u> Technique : Remise et déviation</p> <p><u>But du jeu :</u> Trouver le joueur cible</p> <p>Consignes :</p> <p>Jeu au sol</p> <p>Tout ballon joué vers l'avant est réceptionné en une touche, sauf après une déviation ou on redevient libre.</p> <p><u>Variables – évolutions :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> Sur un ballon joué vers l'avant, interdiction de remettre au joueur qui nous à fait la passe. 	<p><u>Organisation</u> Terrain ¼ terrain (25m * 50m) 5c5 avec 2 joueurs cibles. Faire deux sous-systèmes.</p> 
<p>Consignes :</p> <p>Jeu en une touche. Jeu au sol.</p> <p>Dans un carré de 20m de côté, le joueurs se déplacent et se passent le ballon sans contrôle.</p> <p>Interdiction de remettre le ballon à celui qui vient de faire la passe.</p> <p>Quand j'ai donné le ballon, je change de rectangle en évitant d'aller dans le rectangle dans lequel j'ai effectué la passe.</p> <p><u>Variables – évolutions :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> 	<p><u>Comportement attendu :</u> Le jeu en une touche doit contraindre le joueur à prendre l'information avant afin d'identifier la solution de passe.</p>	<p><u>Critères de réussites :</u></p> <p><u>Enseignement :</u> La difficulté consiste à garder sa concentration et sa lucidité afin d'assurer les passes et des déplacements permettant aux ballons de continuer de vivre.</p>	<p><u>Critères de réussites :</u></p> <p><u>Comportement attendu :</u> Le joueur appui doit prendre l'info pour savoir s'il peut déséquilibrer en déviant ou s'il doit conserver en remisant. On est là également sur la maîtrise des temps de jeu.</p>

Séance 32 - Se montrer /déplacer dans les intervalles	Date	Lieu	Catégorie	Nombre de joueurs	Durée
	Vendredi 23 Novembre	Cernex	U13	12 joueurs	1h

Jeu - Echauffement	Organisation	Tactique	Organisation
<p><u>Temps de jeu</u> : Finition</p>	<p>Jeu n°1</p> <p>Jeu N°2</p>	<p><u>Problème de jeu rencontré</u> :</p> <p>Nous ne voyons pas suffisamment de jeu à 3.</p>	<p><u>Organisation</u></p> <p>3 zones : deux zones opposées où se jouent un 3c2 et une zone centrale plus étroite où se trouve un joueur relais.</p> <p>Faire un terrain plus large que long.</p>
<p><u>Principe de jeu</u> :</p> <p>Efficace à distance du but</p>		<p><u>Temps de jeu</u> :</p> <p>Conservé / Progresser</p>	<p><u>Principe de jeu</u> :</p> <p>Jouer en mouvement.</p>
<p><u>Règles d'actions</u> :</p> <p>Réception en mouvement et en l'air</p>		<p><u>Règles d'actions</u> :</p> <p>Se montrer (VOIR pour échanger)/déplacer dans les intervalles (ETRE VU).</p>	<p><u>Règles d'actions</u> :</p> <p>Marque un but suite à une phase de jeu à 3.</p> <p>Les défenseurs marquent un but en se faisant une passe.</p>
<p><u>But du jeu</u> :</p> <p>Marquer des buts</p>		<p><u>But du jeu</u> :</p> <p>Les 3 joueurs d'une zone échangent le ballon avec le but de le passer dans la zone opposée en s'appuyant sur le joueur de la Zone centrale.</p>	<p><u>Consignes</u> :</p> <p>Ce dernier doit remettre en retrait soit au même joueur, soit à un de ses deux partenaires.</p>
<p><u>Consignes pour jeu n°1</u></p> <p>Le joueur C effectue une passe longue vers le joueur en appui B qui remise au joueur A. Le joueur A dévie dans la course pour le joueur C. Ce joueur contrôle et conduit le ballon afin de faire un tir avant la limite.</p> <p>Si le ballon revient dans la zone de finition (poteau ou gardien), le joueur doit marquer.</p> <p><u>Rotations</u> :</p> <p>Le joueur C prend la place du joueur A, A prend la place de B et B prend celle de C.</p>		<p><u>Consignes pour jeu n°2</u></p> <p>Le joueur C effectue une passe longue vers le joueur en appui B qui remise à ce même joueur C. Le joueur C joue en appui avec le joueur A qui dévie dans la course au joueur C. Le joueur C contrôle et conduit le ballon afin de faire un tir avant la limite.</p> <p>Si le ballon revient dans la zone de finition (poteau ou gardien), le joueur doit marquer.</p> <p><u>Rotations</u> :</p> <p>Le joueur C prend la place du joueur A, A prend la place de B et B prend celle de C.</p>	<p>Tous les joueurs jouent en 3 touches.</p> <p>Le joueur relais a droit à deux touches.</p>
<p><u>Variables – évolutions : pour jeu n°1</u></p> <ul style="list-style-type: none"> Le joueur B remet à A en une touche de balle. Le joueur A dévie à C en une touche de balle. 	<p><u>Variables – évolutions : pour jeu n°2</u></p> <ul style="list-style-type: none"> Le joueur B remet à C en une touche de balle. Le joueur A dévie à C en une touche de balle. 	<p><u>Variables – évolutions</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> Les défenseurs peuvent défendre dans la zone centrale. Obligation de réaliser un/une/deux/trois avant de passer dans la zone opposée. Un seul défenseur (-) Limiter le nombre de touches de balle (+) 	
<p><u>Critères de réussites</u> :</p> <p>Sur 8 ballons joués par joueur, 4 doivent donner lieu à un tir avec 6 cadrés.</p>	<p><u>Comportement attendu</u> :</p> <p>La première passe de C doit être de très bonne qualité. Attention au pied d'appui pour le tir et l'équilibre du corps.</p> <p>Les joueurs ne doivent pas être immobiles, ils doivent aller au-devant (attaquer) du ballon.</p>	<p><u>Critères de réussites</u> :</p> <p>Sur 8 ballons joués, 4 ballons doivent donner un jeu à 3.</p>	<p><u>Comportement attendu</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> Pour les attaquants ; créer de la mobilité ; proposer des solutions durant le temps de passe. pour le porteur : donner et proposer (donner et se démarquer) pour le joueur relais : se démarquer dans les intervalles en utilisant toute la largeur. Pour les défenseurs ; chercher à récupérer le ballon à deux (principe de la zone).
<p><u>Enseignement</u> :</p>	<p><u>Enseignement</u> :</p>	<p><u>Enseignement</u> :</p>	

Séance 33 - Prise de balle et enchaînement	Date	Lieu	Catégorie	Nombre de joueurs	Durée
	Vendredi 30 Novembre	Cernex	U13	12 joueurs	1h

Jeu - Echauffement	Organisation	Tactique	Organisation
<p><u>Problème de jeu rencontré :</u> Suite à une passe, le joueur a tendance à ne plus participer au jeu.</p> <p><u>Temps de jeu :</u> conservation</p> <p><u>Principe de jeu :</u> Jouer en mouvement</p> <p><u>Règles d'actions :</u> jeu en mouvement</p> <p><u>But du jeu :</u> Conservé ses points</p> <p><u>Consignes</u> Toutes les équipes démarrent avec 10 points. L'éducateur retire des points suite à une constatation d'une erreur. Jeu au sol 3 touches de balle maximum Contrôler en mouvement, Si le ballon sort de l'air de jeu, perte de 1 pt. 1 pt supplémentaire lorsque l'équipe arrive à faire un allé retour (nommer un capitaine qui indique le nombre de points à haute voix).</p> <p><u>Variables – évolutions :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> Prendre la place de l'appui après la passe, faire le tour d'un cône après avoir fait la passe, <p><u>Critères de réussites :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> Le ballon ne doit jamais être à l'arrêt, Varié les surfaces de contact. <p><u>Enseignement :</u></p>	<p>Organisation Terrain : 40m*40m. Joueur(s) 12 joueurs (3 équipes de 4 joueurs). Durée : 3 * 3mn avec 30'' de récupération.</p> 	<p><u>Problème de jeu rencontré :</u> Beaucoup de joueurs font leurs prises de balle à l'arrêt ce qui a pour effet de prendre de l'avance sur son adversaire.</p> <p><u>Temps de jeu :</u> Conservé - Progresser</p> <p><u>Principe de jeu :</u> Jouer en mouvement</p> <p><u>Règles d'actions :</u> jeu en mouvement Prise de balle et enchaînement (méthode globale)</p> <p><u>But du jeu :</u> Marque en stop balle dans un des deux buts</p> <p><u>Consignes :</u> 2 touches de balles minimum. Suite à la réception du ballon, il faut sortir du carré.</p> <p><u>Variables – évolutions :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> Interdiction de sortir du carré par où le ballon est arrivé, Prise de balle pied faible, Prise de balle extérieure, Prise de balle intérieure, (+) si on touche le porteur du ballon entre sa 1ère et sa 2ème touche de balle, le porteur perd automatiquement le ballon. <p><u>Critères de réussites :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> Le ballon ne doit jamais être à l'arrêt, Varié les surfaces de contact. <p><u>Enseignement :</u> Orienter sa prise de balle, c'est gagner du temps sur son adversaire (protéger son ballon avec son corps, orienter sa prise de balle vers la cible)</p>	
	<p><u>Comportement attendu :</u> La prise de balle ne doit pas être arrêtée (cela ne ressemble pas au match).</p>	<p><u>Comportement attendu :</u> Orienter son ballon par rapport au partenaire, à l'adversaire ou au but afin de gagner du temps. La prise de balle doit permettre d'éloigner le ballon de l'adversaire en mettant son corps en opposition et ainsi éviter l'interception. La prise d'informations doit se faire avant la prise de balle.</p>	