

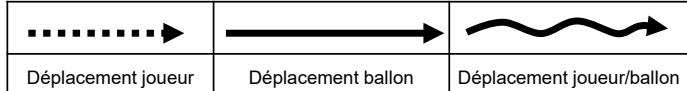
NOM : CHOPLIN
PRENOM: MAXIME
DATE: 27/11/2019

Thème de séance : Sécuriser et maîtriser la possession de balle		
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

U9

SEMAINE: 4

Matériel							
2	2	0	8	0	20	10	



Effectif			
5	5		

Parties	Taches	Descriptif	Elements pedagogiques
Jeu	<p>Objectif : Découvrir l'espace de jeu Maîtriser la possession du ballon But : Marquer = 1pt</p> <p>Consignes : Le terrain est divisé en 4 zones Les joueurs peuvent se déplacer sur tout le terrain Interdiction de rejouer dans la zone d'où vient le ballon</p>	<p>Durée: 12'</p> <p>Nbre de joueurs: 10</p> <p>Espaces: 35 x 20</p>	<p>Variables</p> <p>1/ Interdiction d'avoir plus de deux joueurs de la même équipe dans la même zone 2/ Obligation de faire une passe pour changer de zone 3/ Les ballons au dessus de la ceinture sont interdits</p> <p>Méthode Pédagogique</p> <p>ACTIVE Laisser jouer - Observer - Questionner Veiller à ...</p> <p>Contrôle et passe intérieur du pied Orientation des épaules vers le futur receveur Lever la tête pour se situer par rapport aux zones et aux coéquipiers Prise d'information et de décision</p>
Exercice (Analytique)	<p>Objectif : Prises de balles et enchaînements pour conserver et progresser But : Marquer le plus de buts en 2 minutes</p> <p>Consignes : Par groupe de 5 joueurs, 2 touches de balles sur chaque coupelle Si l'exercice est mal fait, les joueurs recommencent le circuit depuis le début Le circuit se fait sous forme de passe et va, chaque joueur suit son ballon</p>	<p>Durée: 12'</p> <p>Nbre de joueurs: 10</p> <p>Espaces: 35 x 20</p>	<p>Variables</p> <p>1/ 1 touche obligatoire pour chaque joueur 2/ Concours entre les deux équipes</p> <p>Méthode Pédagogique</p> <p>DIRECTIVE Expliquer - Démontrer - Faire répéter les gestes Veiller à ...</p> <p>Contrôle et passe intérieur du pied Orientation des épaules vers le futur receveur Valorisation des bons gestes</p>
Situation	<p>Objectif : Maîtriser la possession du ballon Progresser collectivement vers une cible But : Marquer dans le but = 1pt</p> <p>Consignes : Terrain divisé en 4 zones Départ du ballon avec le gardien Faire passer le ballon dans au moins 3 zones Les défenseurs ne défendent que sur les lignes matérialisées par les coupelles A la récupération les défenseurs doivent aller marquer</p>	<p>Durée: 12'</p> <p>Nbre de joueurs: 10</p> <p>Espaces: 35x20</p>	<p>Variables</p> <p>1/ Possibilité aux défenseurs bleus de changer de zone pour marquer 2/ Obligation de jouer au moins 2 fois dans la latéralité 3/ Marquer un but en moins de 10 secondes</p> <p>Méthode Pédagogique</p> <p>ACTIVE Faire répéter l'action - Questionner - Orienter Veiller à ...</p> <p>Prise de décision entre la conduite de balle ou la passe Sortir de "l'ombre" du défenseur, se démarquer pour recevoir le ballon Réaliser la passe avec l'intérieur du pied Orientation des épaules vers le futur receveur Prise d'information avant la réception du ballon afin de gagner du temps</p>
Exercice (Adaptatif)	<p>Objectif : Prises de balles et enchaînements pour conserver et progresser But : Faire le plus de passes, 5 passes = 1pt</p> <p>Consignes : Exercice appelé le "toreau" 4 joueurs essaient d'atteindre 5 passes = 1pt A la récupération le défenseur doit aller marquer dans le but = -1pt</p>	<p>Durée: 12'</p> <p>Nbre de joueurs: 10</p> <p>Espaces: 10 x 10 2 carrés</p>	<p>Variables</p> <p>1/ Tous les joueurs doivent toucher le ballon avant les 5 passes 2/ Si le ballon est arrêté, l'équipe qui conserve redémarre de 0 3/ Evolution du nombres de passes, 8 passes = 1pt</p> <p>Méthode Pédagogique</p> <p>DIRECTIVE Expliquer - Démontrer - Faire répéter les gestes Veiller à ...</p> <p>S'orienter vers le sens du jeu pour gagner du temps Sortir de "l'ombre" du défenseur, se démarquer pour recevoir le ballon Réaliser la passe avec l'intérieur du pied Prise d'information avant la réception du ballon afin de gagner du temps Bien compter les points, sinon responsabiliser les joueurs en mettant un "capitaine" qui compte les points</p>
Jeu	<p>Objectif : Réutiliser les procédés de corps de séance pour les réinverser en match But : Marquer dans le but = 1 pt</p> <p>Consignes : Bien utiliser l'espace de jeu</p>	<p>Durée: 15'</p> <p>Nbre de joueurs: 10</p> <p>Espaces: 35 x 20</p>	<p>Variables</p> <p>1/ Faire au moins 3 passes avant de marquer 2/ Touches de balles limitées pour forcer une prise d'information plus rapide</p> <p>Méthode Pédagogique</p> <p>ACTIVE Laisser jouer - Observer - Questionner Veiller à ...</p> <p>Organiser son équipe = Choix d'un système Reprendre des objectifs de la séance (technique et tactique) Être précis sur les contenus d'enseignements de la séance</p>