

NOM : CHOPLIN








PRENOM: MAXIME


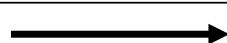

DATE: 27/11/2019





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

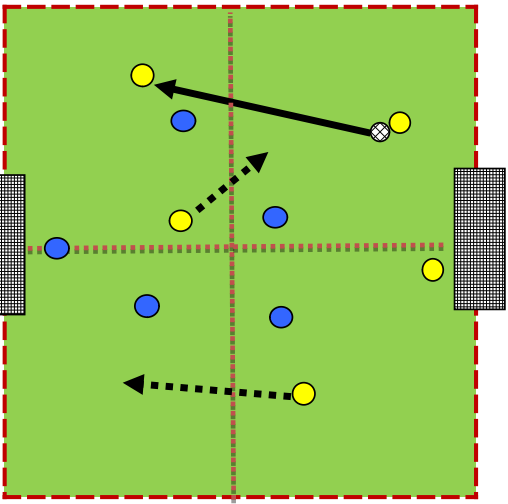
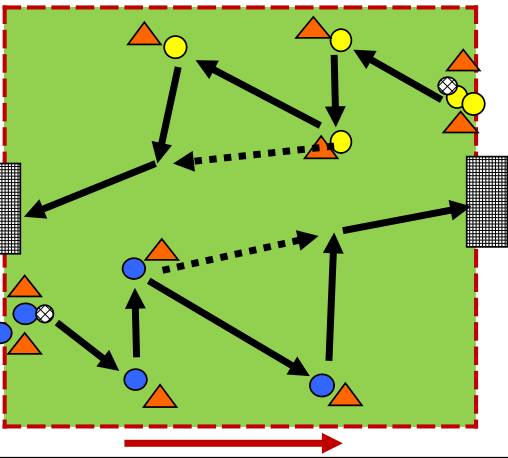
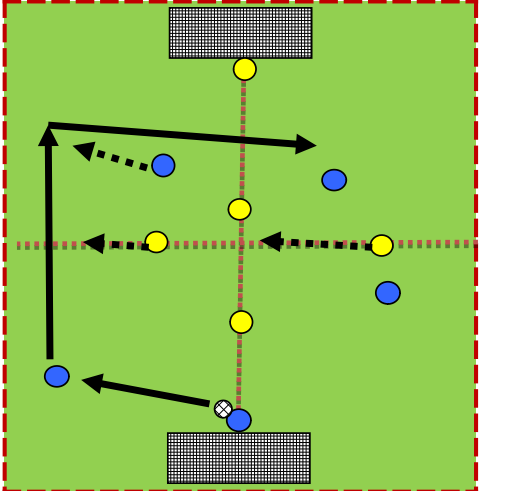
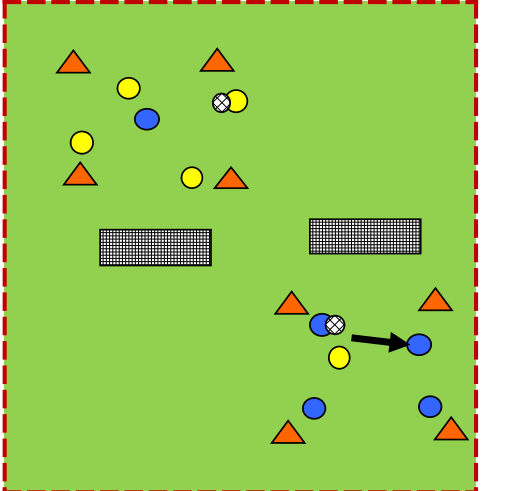
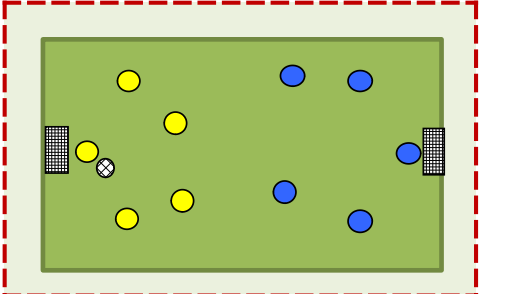
U9

SEMAINE: 4

Matériel						
						
2	2	0	8	0	20	10

		
Déplacement joueur	Déplacement ballon	Déplacement joueur/ballon

Effectif			
			
5	5		

Parties	Taches		Descriptif	Elements pedagogiques
Jeu	Objectif : Découvrir l'espace de jeu Maîtriser la possession du ballon But : Marquer = 1pts	Durée		Variables
		12'		1/ Interdiction d'avoir plus de deux joueurs de la même équipe dans la même zone
		Nbre de joueurs		2/ Obligation de faire une passe pour changer de zone
		10		3/ Les ballons au dessus de la ceinture sont interdits
		Espaces		
		35 x 20		
Exercice (Analytique)	Objectif : Prises de balles et enchaînements pour conserver et progresser But : Marquer le plus de buts en 2 minutes	Durée		Variables
		12'		1/ 1 touche obligatoire pour chaque joueur
		Nbre de joueurs		2/ Concours entre les deux équipes
		10		
		Espaces		
		35 x 20		
Situation	Objectif : Maîtriser la possession du ballon Progresser collectivement vers une cible But : Marquer dans le but = 1pt	Durée		Variables
		12'		1/ Possibilité aux défenseurs bleus de changer de zone pour marquer
		Nbre de joueurs		2/ Obligation de jouer au moins 2 fois dans la latéralité
		10		3/ Marquer un but en moins de 10 secondes
		Espaces		
		35x20		
Exercice (Adaptatif)	Objectif : Prises de balles et enchaînements pour conserver et progresser But : Faire le plus de passes, 5 passes = 1pt	Durée		Variables
		12'		1/ Tous les joueurs doivent toucher le ballon avant les 5 passes
		Nbre de joueurs		2/ Si le ballon est arrêté, l'équipe qui conserve redémarre de 0
		10		3/ Evolution du nombres de passes, 8 passes = 1pt
		Espaces		
		10 x 10 2 carrés		
Jeu	Objectif : Réutiliser les procédés de corps de séance pour les réinvestir en match But : Marquer dans le but = 1 pt	Durée		Variables
		15'		1/ Faire au moins 3 passes avant de marquer
		Nbre de joueurs		2/ Touches de balles limitées pour forcer une prise d'information plus rapide
		10		
		Espaces		
		35 x 20		