

PROGRAMMATION

Catégorie :

Responsable :

Educateurs :

		SEPTEMBRE				OCTOBRE				NOVEMBRE			
Objectif de la période													
Dates des séances													
TECHNIQUE	Objectif Technique												
	contrôle												
	passes courtes												
	passes longues												
	centres												
	dribbles et feintes												
	conduite												
	tirs												
	jeu de volée												
	jeu de tête												
	techniques défensives												
TACTIQUE	Objectif Tactique Offensif												
	Conservation/progression												
	le démarquage												
	le jeu en mouvement												
	la prise d'information												
	le jeu à 2												
	le jeu à 3												
	Déséquilibre												
	le jeu par les côtés												
	agressivité dans le duel 1c1												
	Finition												
	jeu devant le but												
	Jeu aux postes												
	Objectif Tactique défensif												
	Protection but / Récupération												
duels 1c1													
duels en infériorité numérique													
duels aériens													
zone press													
initiation à la zone													
PHYSIQUE	Objectif Physique												
	Endurance capacité												
	Endurance puissance												
	Vitesse												
	Coordination												
Récupération													
MENTAL	Objectif Mental												
	concentration												
	combativité / volonté												
	solidarité												
communication													

