

NOM :

PRENOM:

DATE:

Thème de séance : Avoir des solutions de passes		
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

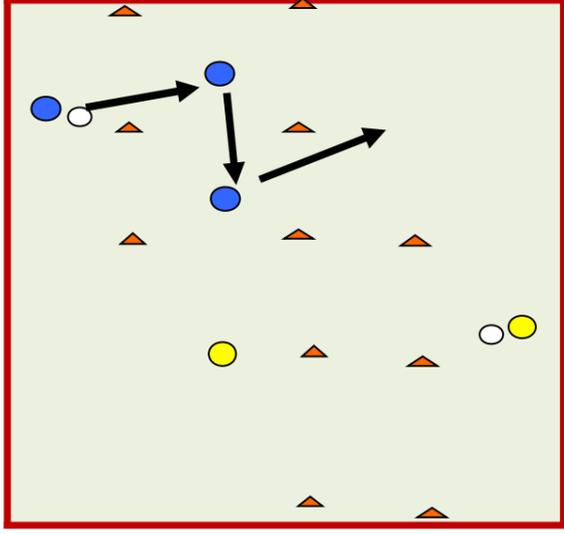
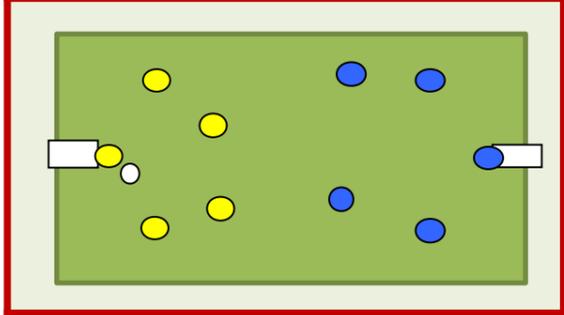
SEMAINE:

2	6	10	8	20	10

Déplacement joueur	Déplacement ballon	Déplacement joueur/ballon
--------------------	--------------------	---------------------------

5	5		

Parties	Taches	Descriptif	Elements pedagogiques
Jeu	Objectif : Découvrir le partenaire		Variables
	Durée 12'		1/ Si plus de joueurs = possibilité de mettre des appuis libres sur les côtés afin d'augmenter encore les possibilités de passes
	But : Transmettre le ballon à l'un des deux capitaines de son équipe = 1 pt		2/ Interdiction de rejouer avec le passeur
	Consignes : Balle aux capitaines 3 contre 3 au milieu Chaque capitaine occupe la moitié de la largeur du terrain		3/ Pour marquer, obliger le capitaine à rejouer avec un partenaire
	Nbre de joueurs 10		Méthode Pédagogique
Espaces 20 x 15	ACTIVE	Laisser jouer - Observer - Questionner	
Parcours de motricité	Objectifs: Travail d'appuis, de coordination et de mémoire		Variables
	Durée 15'		Réaliser un passage de découverte des ateliers sans ballon
	But : Se déplacer dans l'air de jeu en utilisant tous les ateliers		Réaliser deux passages avec ballon
	Consignes : Bien utiliser l'espace (ne pas se suivre) Aller doucement pour bien réaliser chaque atelier (garder la maîtrise du ballon) Compter les ateliers réalisés par son partenaire		Réaliser deux passages sous forme de relais (changer d' atelier)
	Nbre de joueurs 12		Méthode Pédagogique
Espaces 20 x 30	DIRECTIVE	Expliquer - Démontrer - Faire répéter les gestes	
Situation	Objectif : Découvrir le partenaire		Variables
	Durée 12'		1/ Un joueur peut décider de rentrer dans l'aire de jeu et jouer un 2x1 au milieu
	But : Transmettre le ballon aux capitaines de son équipe = 1 pt		
	Consignes : 1c1 au milieu Le joueur du milieu peut utiliser 2 appuis de côté et un joueur soutien Libre pour les appuis mais ne peuvent marquer 1 point si l'adversaire récupère le ballon		Méthode Pédagogique
	Nbre de joueurs 10		ACTIVE
Espaces		Veiller à ...	
			Effectuer les rotations tous les 5 essais Fixer et donner, fixer pour éliminer Conserver en donnant au soutien ou par le corps obstacle

		10 x 5		
Exercice Analytique	Objectif : Prise de balle et enchaînement pour conserver ou progresser	Durée		Variables
	But : Réaliser un maximum d'aller retour en 2'	12'		1/ Passe et suit (rajouter un joueur) 2/ 3 touches obligatoire pour chaque joueur 3/ Concours entre les 2 équipes
	Consignes : Par groupe de 4 Libre dans les touches de balle Les deux joueurs du milieu doivent toucher le ballon pour valider le point	Nbre de joueurs		Méthode Pédagogique
		8		DIRECTIVE Expliquer - Démontrer - Faire répéter les gestes
		Espaces		Veiller à ... S'orienter pour gagner du temps, utiliser la bonne surface de contact Réaliser la passe avec l'intérieur du pied Valoriser la bonne exécution gestuelle
	15x10			
Jeu	Objectif : réinvestir les apprentissages	Durée		Variables
	But : Marquer dans le but = 1 pt	15'		
	Consignes : Bien utiliser l'espace de jeu	Nbre de joueurs		Méthode Pédagogique
		12		ACTIVE Laisser jouer- Observer - Questionner
		Espaces		Veiller à ... Organiser son équipe = Choix d'un système Reprendre des objectifs de la séance (technique et tactique) Valoriser et compter les points
	20 x 30			