



PROGRAMMATION ANNUELLE



U8 ET U9

#SOLIDARITÉ

#ENTRAIDE

#SOUTIEN

TOUT EST LA!

CLUB
LIEU
DE
VIE

#PROGRAMME ÉDUCATIF FÉDÉRAL

- Santé
- Engagement Citoyen
- Environnement
- Fair-play
- Règles du Jeu & Arbitrage
- Culture Foot

PROGRAMMATION ANNUELLE

U8-U9 – Septembre

Phases de jeu	Conserver Progresser	S'opposer ...
Règles d'actions collectives	Agrandir l'espace de jeu effectif (largeur et profondeur)	Réaction à la perte Empêcher l'adversaire de s'organiser
Règles d'actions individuelles	<p><u>PORTEUR :</u> Voir avant de recevoir - Prendre et garder en mouvement - Etre orienté</p> <p><u>NON PORTEUR :</u> Etre vu - Se rendre disponible - S'éloigner de l'adversaire (avoir le temps de recevoir) - Se déplacer pour libérer une zone de terrain pour un autre partenaire</p>	<p>Harceler le porteur dès la perte de balle (déclencher un pressing avec les joueurs présents dans la zone de perte)</p> <p>Défendre en avançant (le plus haut possible)</p>
Moyens techniques	Prises de balle et enchaînements Les différentes passes (courtes et longues)	Interceptions Jeu de corps (le contre, la charge)
Moyens athlétiques	PSYCHOMOTRICITE	
Moyens psychologiques	ETAT D'ESPRIT - CONCENTRATION - ENGAGEMENT CONFIANCE - PERSEVERANCE - DETERMINATION	

PROGRAMMATION ANNUELLE

U8-U9 – Octobre

Phases de jeu	Déséquilibrer Finir	S'opposer ...
Règles d'actions collectives	Marquer	S'opposer pour protéger son but en déséquilibre
Règles d'actions individuelles	<p><u>PORTEUR:</u> Se mettre en position favorable pour marquer ou faire marquer</p> <p><u>NON PORTEUR:</u> Accentuer l'incertitude de la défense - Se placer pour conclure l'action - Anticiper le tir</p>	<p>Défendre debout/sans se jeter, en vue de favoriser le retour des partenaires (utiliser le recul frein)</p> <p><u>Ne pas subir:</u> orienter, provoquer ou inciter l'erreur de l'adversaire</p>
Moyens techniques	<p>Les tirs</p> <p>Jeu de volée</p> <p>Jeu de tête</p>	<p>Interceptions</p> <p>Jeu de corps</p> <p>Duels</p>
Moyens athlétiques	PSYCHOMOTRICITE	
Moyens psychologiques	<p>ETAT D'ESPRIT - CONCENTRATION - ENGAGEMENT</p> <p>CONFIANCE - PERSEVERANCE - DETERMINATION</p>	

PROGRAMMATION ANNUELLE

U8-U9 – Novembre

Phases de jeu	Conserver Progresser	S'opposer ...
Règles d'actions collectives	Sécuriser et maîtriser la possession du ballon	Se replacer sur l'axe ballon/but
Règles d'actions individuelles	<p><u>PORTEUR:</u> Voir avant de recevoir - Prendre et garder en mouvement - Etre orienté pour contrôler et enchaîner - Choisir avec pertinence entre conserver seul ou faire des passes</p> <p><u>NON PORTEUR:</u> Etre vu - Se rendre disponible - S'éloigner de l'adversaire (avoir le temps de recevoir) - Se mettre à distance de passe</p>	<p>Se replacer à la perte du ballon</p> <p>Interdire la progression de l'adversaire</p> <p>Réduire le temps d'avance de l'adversaire grâce au repli rapide</p>
Moyens techniques	<p>Prises de balle et enchaînements</p> <p>Les conduites et enchaînements</p> <p>Les passes courtes.</p>	<p>Différentes formes de courses de repli</p> <p>Harcèlement du porteur</p> <p>Le jeu de corps</p>
Moyens athlétiques	PSYCHOMOTRICITE	
Moyens psychologiques	<p>ETAT D'ESPRIT - CONCENTRATION - ENGAGEMENT</p> <p>CONFIANCE - PERSEVERANCE - DETERMINATION</p>	

PROGRAMMATION ANNUELLE

U8-U9 – Décembre

Phases de jeu	Déséquilibrer Finir	S'opposer ...
Règles d'actions collectives	Marquer	S'opposer pour protéger son but en déséquilibre
Règles d'actions individuelles	<p><u>PORTEUR :</u> Se mettre en position favorable pour marquer ou faire marquer</p> <p><u>NON PORTEUR :</u> Accentuer l'incertitude de la défense - Se placer pour conclure l'action - Anticiper le tir</p>	<p>Défendre debout/sans se jeter, en vue de favoriser le retour des partenaires (utiliser le recul frein)</p> <p><u>Ne pas subir :</u> orienter, provoquer ou inciter l'erreur de l'adversaire</p>
Moyens techniques	<p>Les tirs</p> <p>Jeu de volée</p> <p>Jeu de tête</p>	<p>Interceptions</p> <p>Jeu de corps</p> <p>Duels</p>
Moyens athlétiques	PSYCHOMOTRICITE	
Moyens psychologiques	<p>ETAT D'ESPRIT - CONCENTRATION - ENGAGEMENT</p> <p>CONFIANCE - PERSEVERANCE - DETERMINATION</p>	

PROGRAMMATION ANNUELLE

U8-U9 – Janvier

Phases de jeu	Conserver Progresser	S'opposer ...
Règles d'actions collectives	Agrandir l'espace de jeu effectif	Reformer le bloc équipe
Règles d'actions individuelles	<p><u>PORTEUR:</u> Voir avant de recevoir - Prendre et garder en mouvement - Etre orienté</p> <p><u>NON PORTEUR:</u> Etre vu - Se rendre disponible - S'éloigner de l'adversaire (avoir le temps de recevoir) - Se déplacer pour libérer une zone de terrain pour un autre partenaire</p>	<p>Se déplacer de façon coordonnée avec le reste de l'équipe</p> <p>Prendre l'information sur le ballon, le porteur, la zone à protéger</p> <p>Orienter son corps pour se déplacer efficacement : épaules, bassin, regard</p>
Moyens techniques	<p>Prises de balle et enchaînements</p> <p>Les différentes passes (courtes et longues)</p>	Les différentes courses sans ballon : à reculons, latéralement, vers l'avant pour défendre efficacement
Moyens athlétiques	PSYCHOMOTRICITE	
Moyens psychologiques	<p>ETAT D'ESPRIT - CONCENTRATION - ENGAGEMENT</p> <p>CONFIANCE - PERSEVERANCE - DETERMINATION</p>	

PROGRAMMATION ANNUELLE

U8-U9 – Février

Phases de jeu	Déséquilibrer Finir	S'opposer ...
Règles d'actions collectives	Marquer	S'opposer pour protéger son but en déséquilibre
Règles d'actions individuelles	<p><u>PORTEUR:</u> Se mettre en position favorable pour marquer ou faire marquer</p> <p><u>NON PORTEUR:</u> Accentuer l'incertitude de la défense - Se placer pour conclure l'action - Anticiper le tir</p>	<p>Défendre debout/sans se jeter, en vue de favoriser le retour des partenaires (utiliser le recul frein)</p> <p><u>Ne pas subir:</u> orienter, provoquer ou inciter l'erreur de l'adversaire</p>
Moyens techniques	<p>Les tirs</p> <p>Jeu de volée</p> <p>Jeu de tête</p>	<p>Interceptions</p> <p>Jeu de corps</p> <p>Duels</p>
Moyens athlétiques	PSYCHOMOTRICITE	
Moyens psychologiques	<p>ETAT D'ESPRIT - CONCENTRATION - ENGAGEMENT</p> <p>CONFIANCE - PERSEVERANCE - DETERMINATION</p>	

PROGRAMMATION ANNUELLE

U8-U9 – MARS

Phases de jeu	Conserver Progresser	S'opposer ...
Règles d'actions collectives	Sécuriser et maîtriser la possession	Se replacer sur l'axe ballon/but
Règles d'actions individuelles	<p><u>PORTEUR:</u> Voir avant de recevoir - Prendre et garder en mouvement - Etre orienté pour contrôler et enchaîner - Choisir entre conserver seul ou faire des passes.</p> <p><u>NON PORTEUR:</u> Etre vu - Se rendre disponible - S'éloigner de l'adversaire (avoir le temps de recevoir) - Se mettre à distance de passe</p>	<p>Se replacer à la perte du ballon</p> <p>Interdire la progression de l'adversaire en s'opposant</p> <p>Réduire le temps d'avance de l'adversaire grâce au repli rapide</p>
Moyens techniques	<p>Prises de balle et enchaînements</p> <p>Les conduites et enchaînements</p> <p>Les passes courtes</p>	<p>Différentes formes de courses de repli</p> <p>Harcèlement du porteur</p> <p>Le jeu de corps</p>
Moyens athlétiques	PSYCHOMOTRICITE	
Moyens psychologiques	<p>ETAT D'ESPRIT - CONCENTRATION - ENGAGEMENT</p> <p>CONFIANCE - PERSEVERANCE - DETERMINATION</p>	

PROGRAMMATION ANNUELLE

U8-U9 – AVRIL

Phases de jeu	Déséquilibrer Finir	S'opposer ...
Règles d'actions collectives	Marquer	S'opposer pour protéger son but en déséquilibre
Règles d'actions individuelles	<p><u>PORTEUR :</u> Se mettre en position favorable pour marquer ou faire marquer</p> <p><u>NON PORTEUR :</u> Accentuer l'incertitude de la défense - Se placer pour conclure l'action - Anticiper le tir</p>	<p>Défendre debout/sans se jeter, en vue de favoriser le retour des partenaires (utiliser le recul frein)</p> <p><u>Ne pas subir :</u> orienter, provoquer ou inciter l'erreur de l'adversaire</p>
Moyens techniques	<p>Les tirs</p> <p>Jeu de volée</p> <p>Jeu de tête</p>	<p>Interceptions</p> <p>Jeu de corps</p> <p>Duels</p>
Moyens athlétiques	PSYCHOMOTRICITE	
Moyens psychologiques	<p>ETAT D'ESPRIT - CONCENTRATION - ENGAGEMENT</p> <p>CONFIANCE - PERSEVERANCE - DETERMINATION</p>	

PROGRAMMATION ANNUELLE

U8-U9 – MAI

Phases de jeu	Conserver Progresser	S'opposer ...
Règles d'actions collectives	Agrandir l'espace de jeu effectif (largeur et profondeur)	Réaction à la perte - empêcher l'adversaire de s'organiser
Règles d'actions individuelles	<p><u>PORTEUR :</u> Voir avant de recevoir - Prendre et garder en mouvement - Etre orienté</p> <p><u>NON PORTEUR :</u> Etre vu - Se rendre disponible - S'éloigner de l'adversaire (avoir le temps de recevoir) - Se déplacer pour libérer une zone de terrain pour un autre partenaire</p>	<p>Réaction à la perte</p> <p>Empêcher l'adversaire de s'organiser</p>
Moyens techniques	<p>Prises de balle et enchaînements</p> <p>Les différentes passes (courtes et longues)</p>	<p>Harceler le porteur dès la perte de balle (déclencher un pressing avec les joueurs présents dans la zone de perte)</p> <p>Défendre en avançant (le plus haut possible)</p>
Moyens athlétiques	PSYCHOMOTRICITE	
Moyens psychologiques	<p>ETAT D'ESPRIT - CONCENTRATION - ENGAGEMENT</p> <p>CONFIANCE - PERSEVERANCE - DETERMINATION</p>	

PROGRAMMATION ANNUELLE

U8-U9 – JUIN

Phases de jeu	Déséquilibrer Finir	S'opposer ...
Règles d'actions collectives	Marquer	S'opposer pour protéger son but en déséquilibre
Règles d'actions individuelles	<p><u>PORTEUR :</u> Se mettre en position favorable pour marquer ou faire marquer</p> <p><u>NON PORTEUR :</u> Accentuer l'incertitude de la défense - Se placer pour conclure l'action - Anticiper le tir</p>	<p>Défendre debout/sans se jeter, en vue de favoriser le retour des partenaires (utiliser le recul frein)</p> <p><u>Ne pas subir :</u> orienter, provoquer ou inciter l'erreur de l'adversaire</p>
Moyens techniques	<p>Les tirs</p> <p>Jeu de volée</p> <p>Jeu de tête</p>	<p>Interceptions</p> <p>Jeu de corps</p> <p>Duels</p>
Moyens athlétiques	PSYCHOMOTRICITE	
Moyens psychologiques	<p>ETAT D'ESPRIT - CONCENTRATION - ENGAGEMENT</p> <p>CONFIANCE - PERSEVERANCE - DETERMINATION</p>	