



District de Savoie de Football



Période	
JANVIER 2018	

Jeu	
Situation	
Exercice Analytique	
Exercice Adaptatif	X
Exercice Global	

Thème de séance	Prise de balle + Jeu court	
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

Catégorie
U13

Matériel					

Action		
Déplacement joueur	Déplacement ballon	Déplacement avec ballon

Effectif			
			E

Taches	Durée	Descriptif	Eléments pédagogiques	
<p>Objectif : Entraînement technique aux contrôles et passe courte sous forme adaptative.</p> <p>But : Equipe qui chasse : 1 pt si l'équipe chassée lève, arrête ou sort son ballon de l'aire de jeu. 3 pts si elle amène son ballon dans le même carré que celui de ses adversaires.</p> <p>Consignes : Chaque équipe possède son ballon et n'agit pas sur celui des adversaires. Une équipe chasse, l'autre est chassée. L'équipe qui chasse est libre dans sans des droits d'action. L'équipe chassée doit jouer minimum en 2 touches de balle, n'a pas le droit de lever, d'arrêter ou de sortir son ballon de l'aire de jeu. Inverser les rôles à chaque manche.</p>	25'		<p>Variables</p> <p>Autoriser l'équipe chassée à lever le ballon et/ou à jouer en une seule touche de balle. Interdiction d'avoir deux joueurs de la meme equipe dans le meme carré</p>	
	Nbre de joueurs			<p>METHODE PEDAGOGIQUE</p> <p>ACTIVE ou DIRECTIVE</p> <p>DIRECTIVE</p>
	12 à 14			<p>ENSEIGNEMENTS</p> <p>S'orienter et jouer loin ou vers l'adversaire selon le statut (Chasseur ou chassé) Prise d'information sur les indicateurs de jeu soit pour se déplacer ou donner son ballon Qualité de la passe pour réduire le temps (Claqué au sol)</p>
	Espace		25*25	



District de Savoie de Football



Période	
JANVIER 2018	

Jeu	
Situation	X
Exercice Analytique	
Exercice Adaptatif	
Exercice Global	

Thème de séance		Jouer dans les intervalles et dans les interlignes	
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	

Catégorie	
U13	

Matériel					

Action		
Déplacement joueur	Déplacement ballon	Déplacement avec ballon

Effectif				
				E

Taches	Durée	Descriptif	Eléments pédagogiques
<p>Objectif : Améliorer l'occupation collective de l'espace</p> <p>But : Bleus : 1 point si le ballon est transmis et maîtrisé par l'appui Rouges : 1 point si but marqué (7 secondes max).</p> <p>Consignes : 7 contre 5. (1-2-3-1 et 2-3) Règle du hors-jeu appliquée au dernier défenseur (zone 2). Principe de réversibilité. Jeu libre au sol. Joueur couloir dans l'espace (inattaquable) : 2 touches autorisées, interdiction de trouver l'appui depuis cette zone (Trouver autre joueur)</p>	<p>25'</p> <p>Nbre de joueurs</p> <p>12 à 14</p> <p>Espace</p> <p>50*40</p>		<p>Variables</p> <p>Enlever un défenseur (6 contre 4 en zone 2). Supprimer l'appui fixe (stop-ball ou joueur Possibilité de défendre dans le couloir à la 1ère</p> <p>METHODE PEDAGOGIQUE</p> <p>ACTIVE ou DIRECTIVE</p> <p>ACTIVE</p> <p>ENSEIGNEMENTS</p> <p>Respecter les distances de passes. Coordonner et synchroniser les déplacements (passeur-receveur, starter) S'écarter du défenseur afin d'augmenter l'espace de jeu. S'orienter pour jouer vers l'avant. Rompre les alignements. Respecter la structuration de l'équipe.</p>



District de Savoie de Football



Période	
JANVIER 2018	

Jeu	X
Situation	
Exercice Analytique	
Exercice Adaptatif	
Exercice Global	

Thème de séance	Voir et être vu dans les intervalles	
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

Catégorie
U13

Matériel					

Action		
Déplacement joueur	Déplacement ballon	Déplacement avec ballon

Effectif				
				E

Taches	Durée	Descriptif	Eléments pédagogiques
<p>Objectif : Voir et être vu dans les intervalles</p> <p>But : Marquer = 1 pts</p> <p>Consignes : Joueurs fixes dans leur zone Interdit de passer d'une zone à une autre en conduite Possibilité qu'un joueur de la zone inférieure puisse apporter une supériorité dans la zone supérieure Jeu au sol</p>	<p>25'</p> <p>Nbre de joueurs</p> <p>14 à 16</p> <p>Espace</p> <p>3/4 terrain</p>		<p>Variables</p> <p>Joueurs libres dans leur déplacement quand on a le ballon La passe qui change de zone, réception en une touche.</p> <p>METHODE PEDAGOGIQUE</p> <p>ACTIVE ou DIRECTIVE</p> <p>ACTIVE</p> <p>ENSEIGNEMENTS</p> <p>S'orienter vers l'avant Se déplacer dans la latéralité pour sortir du champ d'action du défenseur Ne pas être aligné</p>

Eveil des joueurs

20'

Avant de rentrer dans les 3 ateliers, je vous propose de commencer par 4 spots de 5 minutes pour préparer le joueur à la séance

1er SPOT

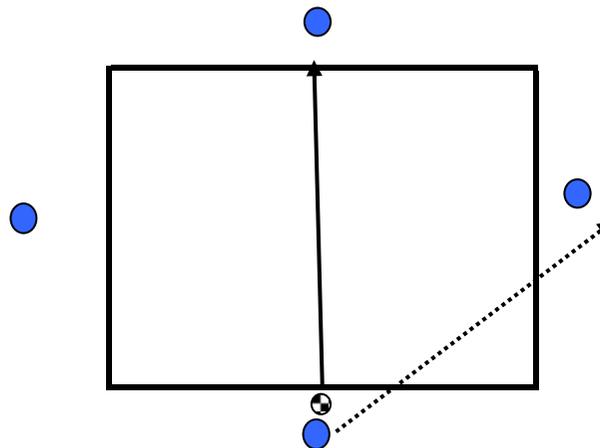
TRAVAIL SUR ECHELLE DE RYTHME ACCOMPAGNE PAR UN ENCHAINEMENT AVEC BALLON A LA SORTIE DU TRAVAIL D'APPUI

2ème SPOT

TRAVAIL DE JONGLERIE AVEC DES SURFACES DE CONTACT IMPOSEES PAR L'EDUCATEUR. Travail par 2

3ème SPOT

TRAVAIL DU MOUVEMENT ET DE LA PASSE



JEU EN 1 TOUCHE DE BALLE

SE DEPLACER DANS UNE AUTRE FACE
OU J'AI ENVOYE LE BALLON

SE DEPLACER DANS UNE FACE DU
CARRE QUI EST LIBRE

4ème SPOT

CORPS OBSTACLE

PROTEGER SON BALLON PENDANT 10 SEC

1 TEMPS DE TRAVAIL / 1 TEMPS DE REPOS

CARRE 12*12

A LA RECUPERATION, LE DEFENSEURS APPLATIT SUR UNE FACE DU CARRE

