

Catégorie :

U11

Situation N° :

8

Espace :
40x20m

Effectif :
9

Durée :
12' à 15'

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

Thème de la séance : Changer de rythme de jeu

Descriptif

OBJECTIF

Changer de rythme de jeu (temps forts temps faibles)

BUT

Marquer 1 but après une passe d'un appui vers l'un des deux buts

CONSIGNES

Jaunes : Conserver et trouver un joueur lancé dans l'une des deux surfaces sur une passe d'un des deux appuis latéraux.
Application de la règle du hors jeu.
Bleus : Défendre les deux buts. A la récupération du ballon, relancer sur un des deux gardiens. Jouer 10 ballons avant rotation des équipes. L'action se termine lorsqu'une des 2 équipes marque ou que le ballon sort du terrain.

VARIABLES

- 1) On joue à 1 x 0 en zone de finition
- 2) On joue à 1 x 1 en zone de finition
- 3) On joue à 2 x 1 en zone de finition
- 4) Permettre à l'appui opposé d'entrer dans la surface de réparation
- 5) Le but marqué est égale au nombre de passes réalisées dans le temps faible de conservation

METHODE PEDAGOGIQUE

ACTIVE - Faire répéter, questionner et orienter

VEILLER A :

Coordonner la passe vers l'appui et l'appel en profondeur
Rompre l'alignement dans la zone centrale
Etre visible du porteur (non porteur) - Communication
Ne pas être hors-jeu

