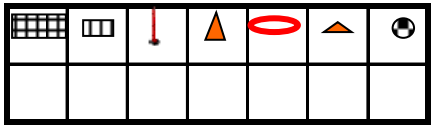
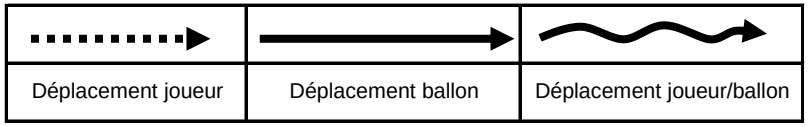
Thème de séance :		
On a le ballon	Conserver / Progresser	Déséquilibrer / Finir
On n'a pas le ballon	S'opposer à la progression	S'opposer pour protéger son but

U11

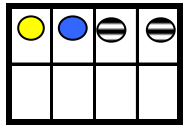
SEMAINE :

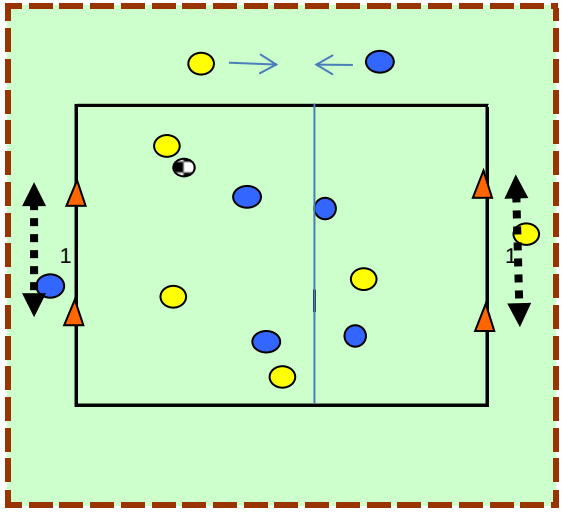
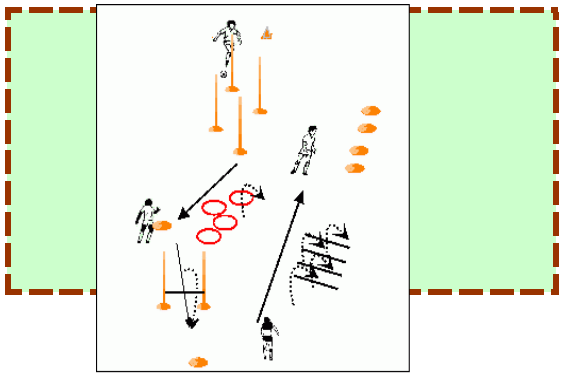
Matériel

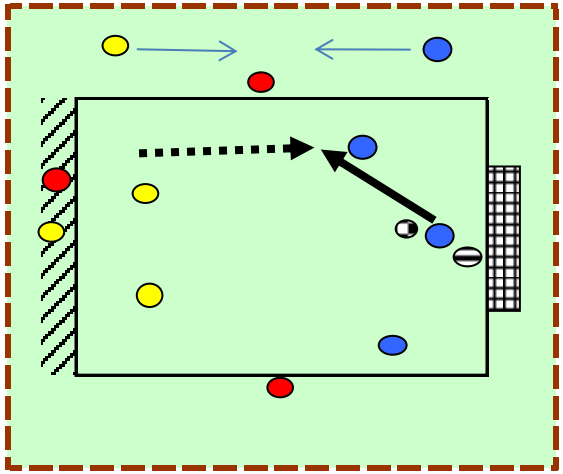


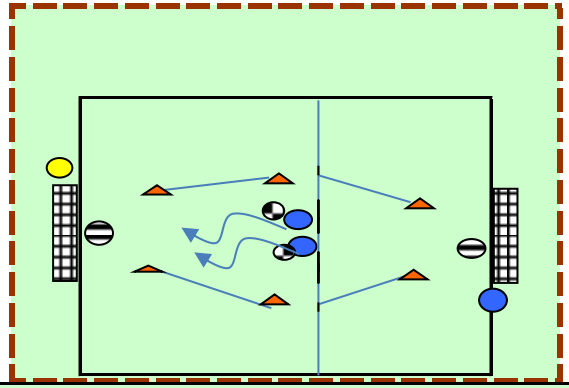


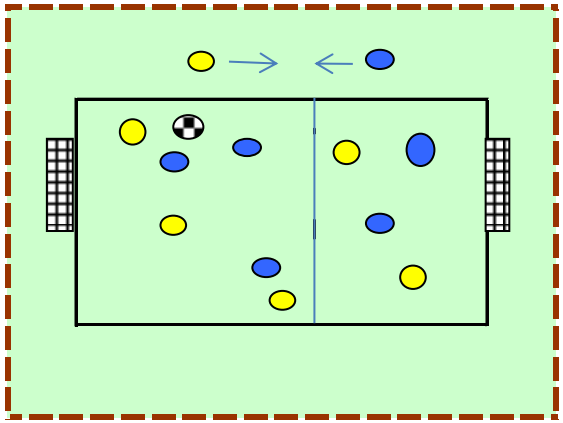
Effectif



Partie	Tache		Descriptif	Elements pedagogiques
Jeu	**Objectifs :** **Récupérer le ballon proche de son but** **Protéger son but** **But :** **Marquer par une passe au capitaine** **Consignes :** **Se replacer sur l'axe ballon/but** **Ne pas se faire éliminer** **Ne pas laisser l'adversaire prendre de la vitesse** **Interdire la passe au capitaine**	Durée 12' à 15' Nbre de joueurs 4(+1)x4(+1) Espaces 30 x 20		**Variables** **Le point est marqué après une passe au capitaine** **Le point est marqué après une passe retour du capitaine** **Le capitaine est remplacé par le passeur** **Méthode Pédagogique** **ACTIVE** **Laisser jouer- Observer - Questionner** **Veiller à …** **Prendre l'information sur le joueur dans son dos**
Exercice de motricité	Développer des competences motrices A slalome au travers des piquets passe à B qui fait passer la ballon sous la haie et saute pieds joints puis passe à C qui passe de suite à D et va effectuer un travail d'appuis et de fréquence gestuelle dans la barres au sol D slalome au travers les coupelles en changeant de surfaces de contact à chaque changement de direction	Durée Nbre de joueurs Espaces		**Variables** **Méthode Pédagogique** **DIRECTIVE** **Expliquer - Démontrer - Faire répéter les gestes** **Veiller à …**

Partie	Tache		Descriptif	Elements pedagogiques
		Durée		**Variables**
Situation	**Objectifs :** **Reformer le bloc équipe** **But :** **Marquer 1 but après un stop-ball en zone offensive après une passe ou après une coduite** **Consignes :** **Se replacer vite à la perte du ballon** **Reformer le bloc équipe** **défendre la ligne et attaquer le but adverse dès la récupération du ballon** **servent d'apuis a l'equipe qui a le ballon**	12' à 15' Nbre de joueurs 4 x 3(+1) Espaces 20 x 30		Varier la position de départ des attaquants Varier la position initiale des défenseurs Donner un temps pour marquer **Méthode Pédagogique** **ACTIVE** **Faire répéter l'action -Questionner - Orienter** **Veiller à …** **Cadrer pour interdire la prise de vitesse et réduire la prise d'informations**

Partie	Tache		Descriptif	Elements pedagogiques
		Durée		**Variables**
Exercice Adaptatif	**Objectifs :** **Se replacer sur l'axe ballon but** **Jeu de corps** **But :** **Défendre le but** **Consignes :** **Monter cadrer le porteur** **Ralentir la progression de l'attaquant** **Récupérer le ballon** **Faire partir deux attaquants**	12' à 15' Nbre de joueurs 3+g Espaces 30 x 20		**Rester défenseur durant 5 ballons** **Varier la position de départ du défenseur** **Méthode Pédagogique** **DIRECTIVE** **Expliquer- Démontrer - Faire répéter les gestes** **Veiller à …** **Ne pas se jeter** **Etre de 3/4 pour défendre et reculer**

Partie	Tache		Descriptif	Elements pedagogiques
		Durée		**Variables**
Jeu	**Objectifs :** **Se replacer sur l'axe ballon/but** **Protéger son but** **But :** Marquer **Consignes :** **Se replacer sur l'axe ballon/but** **Ne pas se faire éliminer** **Ne pas laisser l'adversaire prendre de la vitesse**	12' à 15' Nbre de joueurs 5 x 5 Espaces 30 x 20		**Ne pas marquer deux fois de suite dans la même porte** **Méthode Pédagogique** **ACTIVE** **Laisser jouer- Observer - Questionner** **Veiller à …** **La réaction à la perte du ballon**