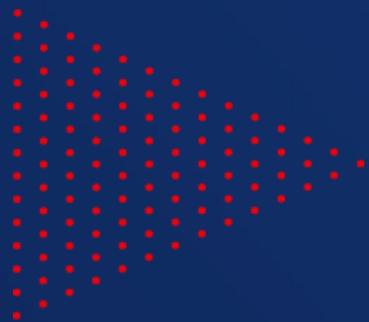


SECTION SPORTIVE FOOTBALL



Collège Jean Rostand
Martres de Veyre





 SECTION SPORTIVE

Club support US MARTRES DE VEYRE

COLLEGE JEAN ROSTAND

OBJECTIFS DE LA SECTION SPORTIVE

Sur l'aspect humain :

N°1 : Construire un Triple projet : Sportif, scolaire et vie

N°2 : Donner des valeurs humaines qui perdurent aux joueurs

N°3 : Accompagner le joueur vers ses objectifs personnels

Sur l'aspect sportif :

N°1 : Améliorer la qualité technique des joueurs

N°2 : Donner des valeurs sportives de travaux qui perdurent aux joueurs

N°3 : Améliorer la compréhension de jeu des joueurs

PLANNING

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
6 ^{ème} /5 ^{ème}	Entraînement club.	Entraînement section sportive 10h30 – 11h45	Entraînement club.	Entraînement section sportive 10h30 – 11h45	Repos
4 ^{ème} /3 ^{ème}	Entraînement section sportive 16h30 – 18h00	Entraînement club.	Repos	Entraînement club.	Entraînement section sportive 10h30 – 11h45

EFFECTIFS

Effectif total

- 37 joueuses
- 5 joueuses et 32 joueurs

4^{ème}/3^{ème}

- 20 joueurs
- 12 joueurs en 4^{ème} – 8 joueurs en 3^{ème}
- 3 joueuses et 17 joueurs

6^{ème}/5^{ème}

- 17 joueurs
- 5 joueurs en 6^{ème} – 12 joueurs en 5^{ème}
- 2 joueuses et 15 joueurs



Equipements

1 Pull Rouge
Section Sportive

1 Maillot Rouge
Section Sportive

1 Short noir
1 paire de
chaussettes noire



OBJECTIFS SPORTIFS ET TECHNIQUES COMMUN -> SECTION SPORTIVE

Je souhaite faire travailler ... à mon joueur et mon équipe et mon joueur et mon équipe sont capable de faire ...

U12-U13

U14-U15

Objectifs techniques

-> Etre capable d'éliminer l'adversaire sur un contrôle, une passe.
-> Perfectionnement de la couverture mutuelle. + notion de cadrage et orientation défensif.

-> Etre capable d'alterner passe courte / passe longue
-> Etre capable d'éliminer mon adversaire sur le contrôle.
-> Cadrage, orientation, duels défensifs.

Objectifs tactiques

-> Perfectionnement de l'utilisation du ballon collective dans la largeur et dans la profondeur.
-> Jouer entre les lignes adverses.
-> Défendre dans une ligne défensive, notion de bloc équipe.
-> Attaquer à plusieurs, mouvements offensifs.

-> Jouer en largeur et en profondeur et entre les lignes adverses.
-> Connaissance et application du projet de jeu.
-> Se replacer dans sa ligne et défendre en bloc équipe
-> Conserver et progresser vers l'avant par un jeu de passe + transition.

Objectifs athlétiques

Coordination générale + motricité générale avec ballon avec rythme soutenu.
Aérobic légère.
Vitesse.
Etirements.

Coordination générale + motricité générale avec ballon rythme élevé.
Aérobic.
Vitesse.
Aspect musculaire-> gainage uniquement.
Etirements.

Objectifs sportifs / résultats

Plaisir, apprentissage, répéter les gestes, perfectionner l'individu et le collectif, jouer et s'entraîner le plus possible dans la saison.
Commencer à inculquer l'envie de gagner. Au moins 1 équipe en D1.

Plaisir, apprentissage, répéter les gestes, perfectionner l'individu et le collectif, jouer et s'entraîner le plus possible dans la saison.
Inculquer l'envie de gagner aux joueurs en respectant le projet de jeu. Viser la montée en R2 avec l'utilisation du projet de jeu.



CONSTRUCTION DE SEANCE DOMINANTES DE TRAVAIL

GARCONS / FILLES

	FICHE DE SÉANCE				U12-U13	U14-U15	U16-U18
Dominante / Travail	NOM: _____ Prénom: _____ Date: _____ Catégorie: _____ Phase de jeu: _____ Thème: _____ Effectif: _____ COMPORTEMENTS ATTENDUS: _____ DESCRIPTIF: _____ BUT / CONSIGNES: _____ CRITÈRES...: _____ DURÉE TOTALE: _____ Tps de TRAVAIL: _____ Tps de RÉCUP.: _____ Nbre de SÉRIES: _____ Nbre de RÉPÉT.: _____ EXERCICE: _____ SITUATION: _____ JEU: _____ AUTRE: _____ Méthode pédagogique: _____ P.M.D.T.: _____ P.M.A.A.: _____ P.M.E.: _____						
Travail technique / Exercice	COMPORTEMENTS ATTENDUS: _____ DESCRIPTIF: _____ BUT / CONSIGNES: _____ CRITÈRES...: _____ DURÉE TOTALE: _____ Tps de TRAVAIL: _____ Tps de RÉCUP.: _____ Nbre de SÉRIES: _____ Nbre de RÉPÉT.: _____ EXERCICE: _____ SITUATION: _____ JEU: _____ AUTRE: _____ Méthode pédagogique: _____ P.M.D.T.: _____ P.M.A.A.: _____ P.M.E.: _____				40%	30%	20%
Travail tactique / Situation	COMPORTEMENTS ATTENDUS: _____ DESCRIPTIF: _____ BUT / CONSIGNES: _____ CRITÈRES...: _____ DURÉE TOTALE: _____ Tps de TRAVAIL: _____ Tps de RÉCUP.: _____ Nbre de SÉRIES: _____ Nbre de RÉPÉT.: _____ EXERCICE: _____ SITUATION: _____ JEU: _____ AUTRE: _____ Méthode pédagogique: _____ P.M.D.T.: _____ P.M.A.A.: _____ P.M.E.: _____				20%	30%	40%
Travail technico-tactique / Jeu	COMPORTEMENTS ATTENDUS: _____ DESCRIPTIF: _____ BUT / CONSIGNES: _____ CRITÈRES...: _____ DURÉE TOTALE: _____ Tps de TRAVAIL: _____ Tps de RÉCUP.: _____ Nbre de SÉRIES: _____ Nbre de RÉPÉT.: _____ EXERCICE: _____ SITUATION: _____ JEU: _____ AUTRE: _____ Méthode pédagogique: _____ P.M.D.T.: _____ P.M.A.A.: _____ P.M.E.: _____				40%	40%	40%
Travail athlétique / Exercice	COMPORTEMENTS ATTENDUS: _____ DESCRIPTIF: _____ BUT / CONSIGNES: _____ CRITÈRES...: _____ DURÉE TOTALE: _____ Tps de TRAVAIL: _____ Tps de RÉCUP.: _____ Nbre de SÉRIES: _____ Nbre de RÉPÉT.: _____ EXERCICE: _____ SITUATION: _____ JEU: _____ AUTRE: _____ Méthode pédagogique: _____ P.M.D.T.: _____ P.M.A.A.: _____ P.M.E.: _____				Aérobic Motricité Coordination Pliométrie Vitesse	Aérobic Anaérobic Motricité Coordination Pliométrie Force / Vitesse	Aérobic Anaérobic Motricité Coordination Pliométrie Force / Vitesse
Plaisir	COMPORTEMENTS ATTENDUS: _____ DESCRIPTIF: _____ BUT / CONSIGNES: _____ CRITÈRES...: _____ DURÉE TOTALE: _____ Tps de TRAVAIL: _____ Tps de RÉCUP.: _____ Nbre de SÉRIES: _____ Nbre de RÉPÉT.: _____ EXERCICE: _____ SITUATION: _____ JEU: _____ AUTRE: _____ Méthode pédagogique: _____ P.M.D.T.: _____ P.M.A.A.: _____ P.M.E.: _____				100%	100%	100%



POLITIQUE SPORTIVE / PROJET DE JEU -> COMMUN (CLUB USMV)

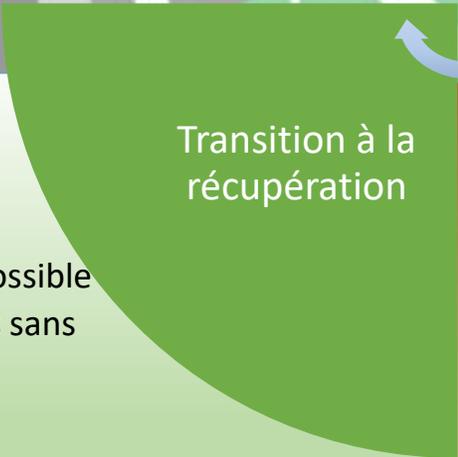
- Attaque placée courte
- Jeu rapide fait de passes, vers l'avant
- Trouver des relais rapidement à l'intérieur pour avancer puis largeur



- Replacement défensif (défense en replacement)
- Juste un joueur ou deux ralentissent la progression adverses, les autres de positionnent en bloc



- Attaque rapide vers l'avant
- Première passe vers l'avant si possible
- Projection offensive des joueurs sans ballon
- Verticalité des passes



- Organisation en zone mixte selon la zone du terrain
- Bloc médian resserré à l'intérieur
- Organisation de la récupération en orientant l'adversaire sur les côtés



Transformation du jeu

Différentes phases et moments de jeux

La gestion des temps de jeux



POLITIQUE SPORTIVE / PROJET DE JEU -> COMMUN (CLUB USMV)

Phase défensive



Phase offensive



Transition

- Replacement défensif à la perte
- Réorganiser les alignements rapidement

Transition

- Attaque rapide vers l'avant
- Première passe vers l'avant, projection des joueurs offensif dans les espaces devant eux

Positionnement

- 4-4-2 – bloc médian
- Bloc compact à l'intérieur, densité axiale (largeur)
- Distance entre les lignes faible (profondeur)

Positionnement

- 4-3-3 avec deux pointes basses
- Utilisation de la largeur de la part des latéraux et de la verticalité de la part des joueurs axiaux et côtés

Caractéristiques

- Fermeture des espaces intérieurs en bloc équipe
- Cadrage et orientation de la possession adverse sur les côtés
- Starter passe négative ou sur le latéral adverse

Caractéristiques

- Attaque placée courte entre les lignes adverses
- Jouer dans la verticalité premier temps entre les lignes puis dans la largeur ensuite
- Un joueur est touché dans les zones hachurées -> Vouloir jouer vers l'avant

ACTIONS PEDAGOGIQUES MISES EN PLACE



Règles de vies

Projet de citoyenneté (avec associations)

Accompagnement et relation avec le collège sur l'aspect scolaire (notes, discipline, rigueur...)

Sensibilisation à l'arbitrage

Mise en place de leurs projets sportifs/professionnels/vie