

Séance club

Lieu: Orcines

Educateur: Sébastien BEULATON

Catégorie: U10-U11

Effectif: 12 joueurs

Date: 2 mai 2022

| | |
|---|---|
| Phase de Jeu | Conserver-Progresser |
| Principe de Jeu ou Theme Technique | Utiliser les espaces |
| Comportement ciblé | <i>Placement et déplacement sur la Largeur</i> |
| Remarques | <i>1 mise en route (non formalisé) + 3 parties (Jeu-Exercice-Situation)</i> |



| | | |
|-----------------|-----------------------------------|-------------------------|
| PARTIE 1 | JEU "STOP BALL" 6 contre 6 | Temps 20 minutes |
|-----------------|-----------------------------------|-------------------------|

Organisation: 6 contre 6

Buts: stop ball = 1 pt

Consignes: Défendre sur 2 couloirs quand le ballon est sur un côté

Séquence: 3 x 5 minutes

Surface: de surface à surface foot à 8

Intervention/Questionnement

LAISSER JOUER UN MAXIMUM et intervenir entre les séquences

Comment doit-on occuper l'espace quand on attaque?

Pourquoi laisser un ou 2 joueurs à l'opposé?

| | | |
|-----------------|---|-------------------------|
| PARTIE 2 | EXERCICE TECHNIQUE " contrôle de renversement" | Temps 20 minutes |
|-----------------|---|-------------------------|

Organisation: 4 ateliers de 3 Joueurs

Buts: Echanger le ballon "contrôle renversement"

Consignes: Le joueur axial travail sur 1 minute environ (s'adapter) Dos à une coupelle, le ballon vient de droite je contrôle intérieur pied gauche et enchaîne pied droit

Séquence: de 40" à 1 mintue par joueur

Variantes: **Compétition 1 aller retour**

Interventions et Corrections:

contrôle court et enchaînement pied opposé

Jambe fléchie et pointe de pied

| | | |
|-----------------|-----------------------------------|--------------|
| PARTIE 3 | SITUATION "3 c 1 et 3 c 2" | Temps |
|-----------------|-----------------------------------|--------------|

Organisation: 2 équipes (3 contre avec des vagues)

Buts: Stop ball = 1 pt

Consignes: Libre

Partir les uns à coté des autres

Départ des défenseurs sur ligne

Séquence: 6 ballons par équipe, autant de fois qu'on peut sur 20 min

Variantes: 3c1 + 3c2

Surface: de surface à surface foot à 8 (a adapter si besoin)

Interventions et Corrections:

Séquence 1 observer - Séquence 2 Arrêt flash et questionnement

Est-ce qu'on occupe bien la largeur? Vérifier les enchaînements technique!

Où je dois le déplacer pour aider mon partenaire?