

Séance proposé au club	Lieu: Ceyrat	Educateur: Sébastien Beaulaton
Catégorie: U14-U15	Effectif: 14 Joueurs	Date: Vendredi 18 Mars 2022

Phase de Jeu	Déséquilibrer/Finir
Principe de Jeu ou Theme Technique	Finition
Comportement ciblé	Rechercher la précision
Remarques	<i>Séance à faire avec 2 gardiens (indispensable)</i>

Matériel

PARTIE 1	Mise en route + Etirement Ballistiques (préparation spécifique)	Temps	20 min
-----------------	--	-------	--------

Organisation: 2 équipes avec chasubles + 2 gardiens avec chasubles

Consignes:
 Les joueurs à l'intérieur 1 Ballon chacun (jongles ou gestes)
 Les joueurs à l'extérieur 1 Ballon pour 2 (doublette en diagonale)
 Se faire des passes au sol sans toucher les joueurs

Séquence: **4 x 3 minutes**

Etirement Ballistiques: 5 minutes contre la barrière. 2x40 mouvement

Intervention/Questionnement
 "Frapper le ballon au centre pour qui roule" "claquer les passes"
 "Lever la tête avant de faire la passe" "Non porteur se rendre disponible"

PARTIE 2	SITUATION 3c1 et 4c2 "Finition"	Temps	25 min
-----------------	--	-------	--------

Organisation: Surface de Réparation Foot à 11 + 3 mètres
2 équipes de 6 + 2 gardiens

Buts: Attaquant: But = 1pt Défenseur: Récup+Passe = 1pt

Consignes:
 Attaquer à 3 c 1, Jouer 6 ballons de suite donner par coach
 Pas de HJ (Essayer de se replacer)
 Libre en touche

Séquence: 6 ballons à jouer d'affiler

Variantes: 4 contre 2

Interventions et Corrections:
 Orientation du corps, se mettre face au but avant de recevoir ou après la 1er T
 Rechercher la précision, utiliser les intérieurs du pied
 Lever la tête prendre les informations (la cage et le gardien et FAIRE UN CHOIX)

PARTIE 3	JEU à 3 équipes	Temps	20 min
-----------------	------------------------	-------	--------

Organisation: 3 équipes de 4 + 2 gardiens

Buts: Je marque je reste

Consignes: Libre en touche

Séquence: 2 séquences de 8 minutes

Interventions et Corrections:
Etre attentif à toutes les situations de marquer
 Que fait le joueur? Quelle correction amener s'il ne marque pas.
 Féliciter quand le choix et l'exécution est bonne