



Educateurs Football du Puy de dôme

Séance Club Nord Combraille
Lieu: Montaigut en Comb

Educateur: Adrien RIGAUD

Catégorie: U11

Effectif: 12+2GdB

Date: 13 Décembre 2023

Phase de Jeu	Déséquilibrer/Finir
Principe de Jeu ou Theme Technique	Se démarquer
Comportement ciblé	<i>Déplacements des non porteurs</i>
Remarques	


PARTIE 1
Mise en Route

Temps

10'


Organisation:

1 ballon par joueur 3 équipes

Buts:

Réaliser la consigne le plus vite possible

Consignes:

Conduite de balle : Libre ou à Thème.

Conduite avec consigne :

Echange de ballon, par équipe, par 3,...

Le ou les perdant(s) effectu(ent) un challenge jonglerie

Challenge : 10 jongles pour revenir en jeu ou 5 essais

Séquence:

2 séquence de 4min

Intervention/Questionnement

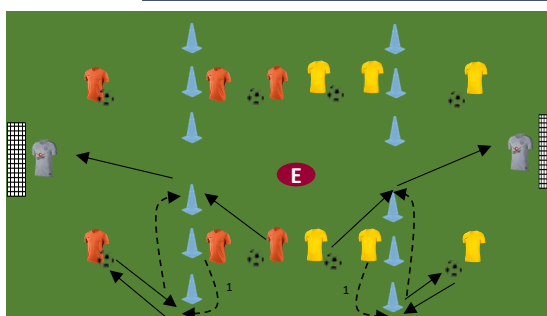
Toucher le ballon souvent / Variation des courses et du touché de balle

Attentif au consigne

PARTIE 2
EXERCICE TECHNIQUE

Temps

20'


Organisation:

2 ateliers par but 3 joueurs par atelier + 1 GdB

Buts:

Finir de Circuit en 1er = 1 pt / But = 1pt

Consignes:

Déplacement puis passe remise puis déplacement puis passe, contrôle frappe

Réaliser le circuit le plus vite possible puis Frappe

Echange des roles à chaque passage

1 atelier jaune et un atelier rouge en simultanée

Séquence:

4 séquences de 6 ballons

Variantes:
Changer d'atelier pour un changement d'orientation
Interventions et Corrections:

Déplacements des non porteur / Course arrière pour être disponible

PARTIE 3
SITUATION : 3c2

Temps

25'


Organisation:

2 ateliers 3c2

Buts:

Marquer un but = 1pt

Consignes:

Recuperer puis passe appui = 1pt

Consignes:

Départ du joueur avec ballon pour essayer de marquer

Séquence:

4 séquences de 8 ballons

Variantes:
Variation des positions de départ des attaquants
Si but après 1 passe = 2 pts
Interventions et Corrections:

Déplacements des non porteur / S'éloigner de l'adversaire et du partenaire

Sortir de la ligne ballon/défenseur

PARTIE 4
JEU : 7c7

Temps

20'


Organisation:

2 équipes de 6 + 1GdB / Terrain : de but à Surface

Buts:

1 but = 1 point

Consignes:

Marquage individuel (Séquence 1 et 2)

Surface et Règle hors

Les ballons repartent de l'educ à chaque sortie

Séquence:

3 séquences de 7 min

Variantes:
LIBRE SUR LA 3ème SEQUENCE
Interventions et Corrections:

Déplacements des non porteur / S'éloigner de l'adversaire et du partenaire

Sortir de la ligne ballon/défenseur