



## Educateurs Football du Puy deôme

**Séance Cadre Club**
**Lieu: Ceyrat**
**Educateur: Sébastien Beaulaton/Adrien Rigaud**
**Catégorie: U10-U11**
**Effectif: 12 + 3**
**Date: 6 mars 2024**
**Phase de Jeu**
**DESEQUILIBRER / FINIR**
**Principe de Jeu ou Theme Technique**
**Marquer**
**Comportement ciblé**
*Rechercher la precision*
**Remarques**

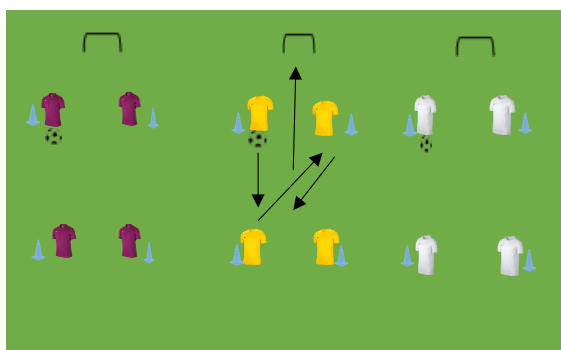
/

**Matériel**

**PARTIE 1**
**Mise en Route**

Temps

10-12 min


**Organisation:** 3 groupes de 5

**Buts:** 1pt si je marque en premier

**Consignes:** circuit de passe, remise au milieu du carré et frappe au sol  
Utiliser les intérieurs du pieds

**Séquence:** 2 séquences libre avec correction en fin

**2 séquences compétition premier arrivé à 3 pts**
**Intervention/Questionnement**

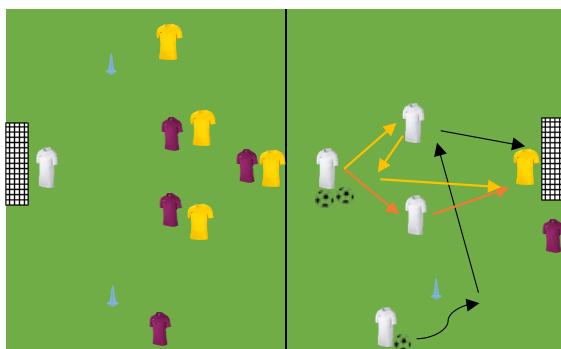
Posture: jambes flechies, et pointe de pieds

Utiliser les intérieurs, claquer le ballon

**PARTIE 2**
**EXERCICE TECHNIQUE**

Temps

20 min max


**Organisation:** 3 groupes de 5 joueurs (4 + 1 GdB) 3 ballons par séquence  
1/2 Terrain foot à 8

**Buts:** 1 but = 1 pt

**Consignes:** Ballon 1 → Conduire, centre retrait, finition

Ballon 2 → Enchaînement prise de balle, frappe pour celui qui n'a pas frappé sur le ballon 1

Ballon 3 → Appui, remise + frappe pour le 3ème joueur

**Séquence:** Les joueurs changent de role à chaque ballon

Les équipes tournent tous les 4 ballons

**Interventions et Corrections:**

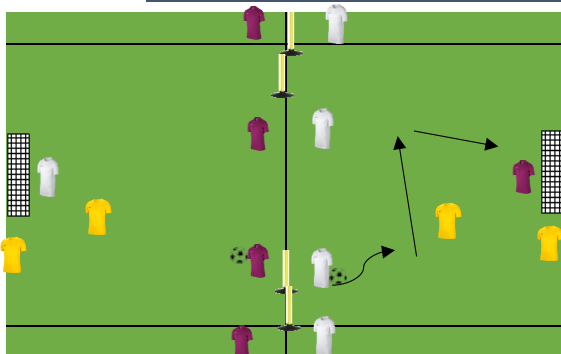
Utilisation de l'interieur du pied, choisir une zone cible

Claquer les ballons, utilisation du pied en opposition sur centre

**PARTIE 3**
**SITUATION 2 CONTRE 1**

Temps

20 min max


**Organisation:** 2c1 3 équipes de 5 (4 + 1 GdB) - 1/2 terrain foot 8

**Buts:** Marquer = 1 point

Recupération + passe dans la porte = 1point

**Consignes:** Situation de 2c1. Départ du ballon, l'attaquant fixe et donne ou dribble et frappe

Jouer 6 ballons puis tourner les roles des équipes

Commencer avec un seul atelier puis passer avec 2 en meme tps pour augmenter le temps de jeu.

**Variantes:** Varier la position du défenseur, écarter ou resserrer les att

**Interventions et Corrections:**

Se déplacer loin de l'adversaire pour se donner du temps pour finir

Utilisation de l'interieur du pied, choisir une zone cible, claquer les ballons

**PARTIE 4**
**JEU BANIDE**

Temps

15-20 min max


**Organisation:** Espace double surface foot à 8

But foot à 8 + but mobile ou jalons

**Buts:** Je marque je gagne et je reste

**Consignes:** Jeu Libre

**Interventions et Corrections:**
**RESTER FOCUS SUR LE THEME DE LA SEANCE**
**OBSERVER LES CHOIX DE FINITION:** Correction verbale sans arrêter

**FORCE OU PRECISION**
**INTERIEUR OU COUP DE PIED**