



Educateurs Football du Puy deôme

Séance Club		Lieu: Vic le Comte	Educateur: Adrien RIGAUD
Catégorie: U11		Effectif: 12 + 2 GdB	Date: 20 Novembre 2024
Phase de Jeu	Conserver/Progresser		
Principe de Jeu ou Theme Technique	Travail de Ressortie de Ballon		
Comportement ciblé	Contrôles et Passes / Motricité : Course arrière		
Remarques	Séance en 4 parties : Mise en route - Exercice - Situation - Jeu		
Matériel			
PARTIE 1	Mise en Route	Temps	15 min
		<p>Organisation: 1 groupe à l'intérieur du rectangle en conduite un groupe à l'extérieur disponible pour une passe</p> <p>Consignes: Jaune en conduite dans le rectangle. Jaune donne au blanc qui prend sa place à l'intérieur du rectangle en conduite. Dès que le joueur jaune sort du rectangle, il doit réaliser une course arrière pour contourner le plot avant de se replacer</p> <p>Séquence: 4 séquences de 3'</p> <p>Variantes: Intégrer la jonglerie pour les blancs en attente</p> <p>Intervention/Questionnement Etre droit sur la course arrière. Exigence sur la qualité de passe et de contrôle</p>	
PARTIE 2	Exercice	Temps	20 min
		<p>Organisation: 2 joueurs par atelier / 7 ateliers</p> <p>Buts: 1 passe dans la porte manquée = 1 point adversaire</p> <p>Consignes: En 1c1, les joueurs doivent faire la passe au sol dans la porte sans la rater puis contrôle passe (dans le carré) à nouveau dans la porte. A chaque raté, 1 pt pour l'adversaire, à la fin du match le vainqueur monte, le perdant descend</p> <p>Séquence: 10 séquences de 1'30</p> <p>Variantes: Utilisation mauvais pied / Modifier les distances de passe</p> <p>Interventions et Corrections: Qualité de la passe, ballon fort au sol qui roule Qualité de la prise de balle / Vitesse d'enchaînement</p>	
PARTIE 3	Situation 7c4	Temps	25 min
		<p>Organisation: 7 jaune + 1 appuis contre 4 blanc</p> <p>Buts: Passe à l'appui ou conduite dans la porte = 1 point Recup puis but ou passe joueur couloir = 1 point</p> <p>Consignes: En repartant du gardien, les jaunes doivent trouver le joueur cible ou passer par un porte en conduite Les blancs doivent récupérer et marquer ou trouver les joueurs de coté</p> <p>Séquence: 4 séquences de 6 ballons</p> <p>Variantes: Rotation des joueurs appuis et des équipes</p> <p>Interventions et Corrections: Orientation et prise de balle des 2 centraux (course arrière rester face au jeu) Qualité technique (prise de balle/passe)</p>	
PARTIE 4	Match 7c7	Temps	20 min
		<p>Organisation: Match 7c7</p> <p>Buts: 1 but = 1 point 1 ressortie de balle au sol qui passe la médiane = 1 point Ressortie réussit + but = 3pts</p> <p>Consignes: Jeu libre</p> <p>Séquence: 2 séquences de 10 min</p> <p>Interventions et Corrections: Vigilance sur les ressorties de ballons et la qualité technique Correction sur l'orientation des centraux</p>	