



Séance U15

Déséquilibrer Finir

Jouer combiner pour créer un surnombre

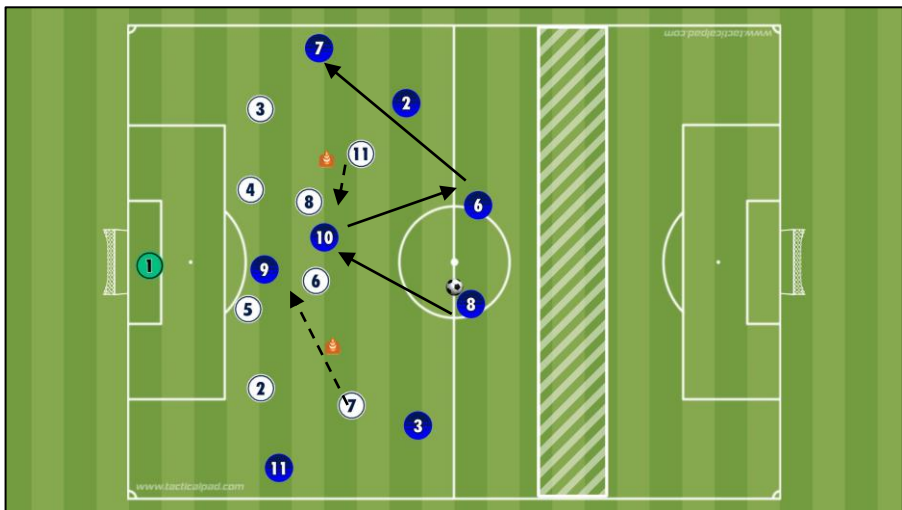
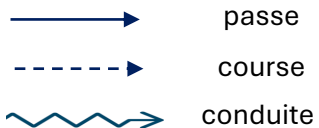
Fabien FLORE CTD PPF



Déséquilibrer Finir

Jeu

Durée	Distance	Effectif
3x6'	65m/68m	8 x 8 + 1GB



Objectifs :

- ✓ 1' max entre les séquences
- ✓ Sur 18' de temps de jeu prévues jouer 14'

Séquence 1 :

- ✓ J'observe
- ✓ Je compte les points
- ✓ Je veille aux règles
- ✓ J'encourage l'équipe qui n'a pas le ballon à bien fermer la porte
- ✓ Je n'arrête pas le jeu

Séquence 2 :

- ✓ Idem séquence 1
- ✓ Je fais un arrêt flash sur un bon comportement dans le couloir

Séquence 3 :

- ✓ Idem séquence 2
- ✓ Un arrêt flash positif
- ✓ Un arrêt flash pour corriger

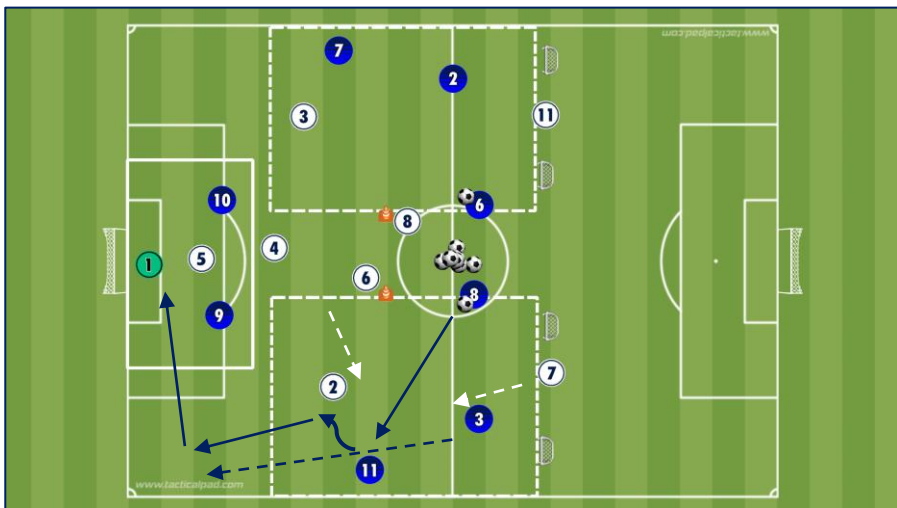
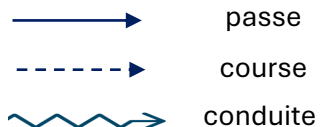
Jouer combiner pour créer un surnombre

Phase de jeu	Où ?	Qui ?	Pourquoi ?
Dés/Finir	Haut	Latéral- Excentré	Animer les côtés

Descriptif

Règles	▪ Hors jeu appliqué pour les bleus ▪ Règle FIFA (touches, coups francs...) ▪ Si but on repart de l'équipe qui a encaissé
Buts	▪ Bleus : 1 point si le ballon passe dans la porte en passe ou conduite (maîtrisé derrière) et 1 point si but marqué ▪ Blancs : 1 point si le ballon passe dans la porte en passe ou conduite (maîtrisé derrière) trouver un joueur dans la zone stop balle)
Consignes	▪ Bleus positionnés en 4-1-3 (base du 1-4-3-3) ▪ Blancs positionnés en 2 ligne de 4 (Base du 1-4-4-2) ▪ Jeu libre
Objectifs	Porteur de balle : fixer l'adversaire pour décaler un partenaire dans l'espace libre. Changer de rythme par la vitesse d'enchaînement (rythme et/ou nombre de touches), la conduite rapide, la nature de la passe. Non porteur de balle : augmenter le nombre de partenaires disponibles dans la zone de ballon (jeu à 2, à 3, dédoublement, 1/2, 1/2/3). Utiliser les changements de direction et de rythme dans les demandes.

Durée	Distance	Effectif
3x6'	65m/68m	8 x 8 + 1GB



Objectifs :

- ✓ 1' max entre les séquences
- ✓ Sur 18' de temps de jeu prévues jouer 14'

Séquence 1 :

- ✓ J'observe
- ✓ Je compte les points
- ✓ Je veille aux règles
- ✓ Je challenge les 2 équipes
- ✓ Je compte les réussites bleues à accéder à la zone de centre

Séquence 2 :

- ✓ Idem séquence 1
- ✓ Je fais un arrêt flash sur un bon comportement dans le couloir (notion de prise de vitesse voire dédoublement)

Séquence 3 :

- ✓ Idem séquence 2
- ✓ Un arrêt flash positif
- ✓ Retour du 3^{ème} blancs si j'ai beaucoup de réussite bleue et/ou le retour dans la zone de centre

Jouer combiner pour créer un surnombre

Phase de jeu	Où ?	Qui ?	Pourquoi ?
Dés/Finir	Haut	Latéral- Excentré	Animer les côtés

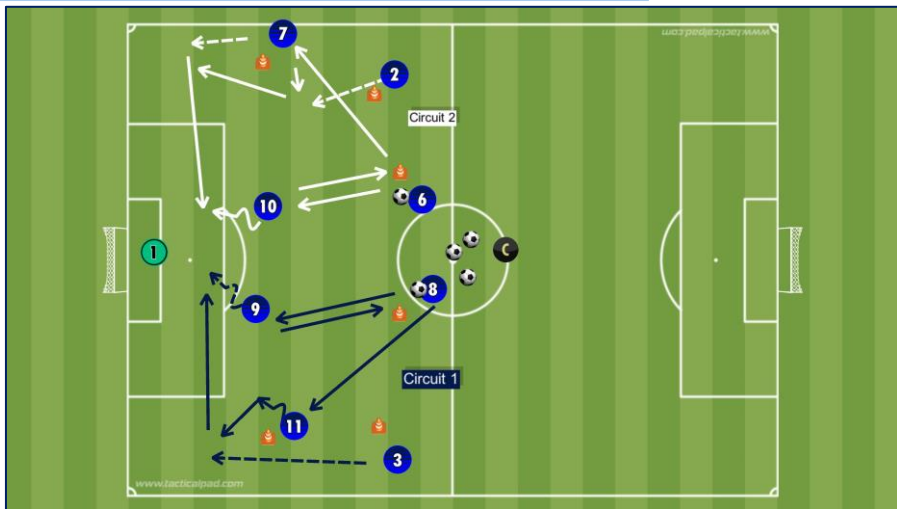
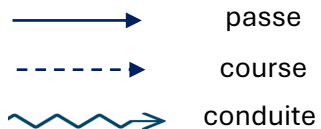
Descriptif

Règles	▪ Règle FIFA
Buts	▪ Bleus : Parvenir à centrer = 1 point et marquer dans le but = 1 point ▪ Blancs : Si récupération dans la zone ils marquent dans les petits buts . Si la récupération a lieu dans la zone de but, il intercepte pour relancer sur le défenseur en attente. (n°4)
Consignes	▪ Départs alternés (Droite/gauche) ▪ Franchir la zone par la passe (retour défensif non autorisé au départ dans la zone de centre) ▪ 2 touches max au-delà de la zone pour centrer ▪ Retour défensif d'un des milieux blancs uniquement après la prise de balle du bleu qui reçoit le ballon ▪ Finir sur 1 centre dans la surface pour le 2x1
Objectifs	Porteur de balle : fixer l'adversaire pour décaler un partenaire dans l'espace libre. Changer de rythme par la vitesse d'enchaînement (rythme et/ou nombre de touches), la conduite rapide, la nature de la passe. Non porteur de balle : augmenter le nombre de partenaires disponibles dans la zone de ballon (jeu à 2, à 3, dédoublement, 1/2, 1/2/3). Utiliser les changements de direction et de rythme dans les demandes.

Déséquilibrer Finir

Exercice

Durée	Distance	Effectif
3x6'	Demi-terrain	8 x 8 + 1GB



Objectifs :

- ✓ 1' max entre les séquences
- ✓ Sur 18' de temps de jeu prévues jouer 14'

Séquence 1 :

- ✓ Je démontre
- ✓ Je corrige
- ✓ Je challenge les 2 équipes
- ✓ Je fais répéter le circuit 1
- ✓ J'insiste sur les passes rapides au sol, les remises dans le sens du jeu, la prise de vitesse collective
- ✓ Je ne corrige que celui qui se trompe, les autres enchainent

Séquence 2 :

- ✓ Idem séquence 1
- ✓ Je fais répéter le circuit 2

Séquence 3 :

- ✓ Le passeur donne une indication à l'excentré sur le circuit à réaliser soit le 1 soit 2 :
« seul » = circuit 1
« ça vient » = circuit 2 »

Jouer combiner pour créer un surnombre

Phase de jeu	Où ?	Qui ?	Pourquoi ?
Dés/Finir	Haut	Latéral- Excentré	Animer les côtés

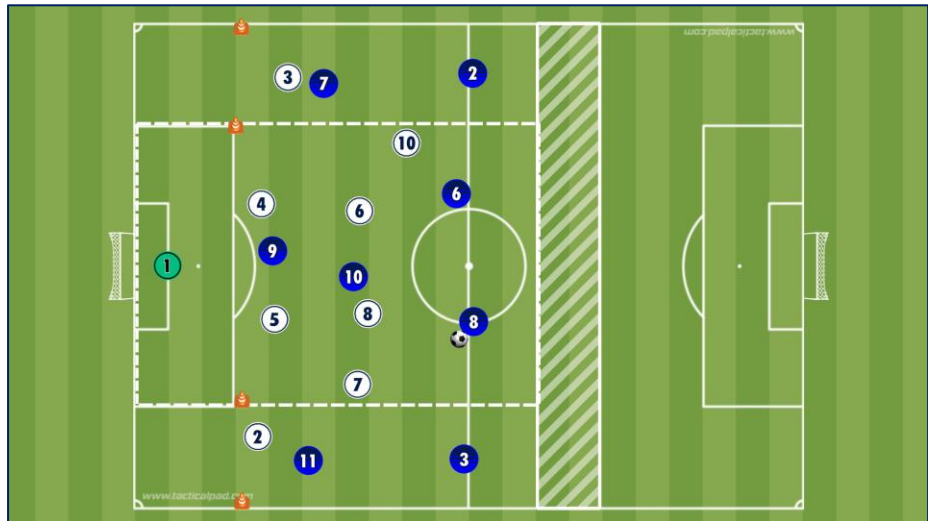
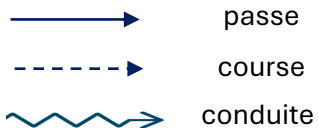
Descriptif

Règles	▪ Règle FIFA ▪ Hors jeu au plot avant où se trouve l'excentré
Buts	▪ Réussir à centrer sans se tromper sur les comportements techniques attendus
Consignes	▪ Circuit de passe (postes doublés avec les blancs ou même installation de l'autre côté du terrain) ▪ Circuit 1 : Appui remise entre 8 et 9, passe sur l'excentré 11 qui rentre sur sa prise de balle pour dédoublement du latéral 3 qui va centrer. Le 9 finit second poteau, 11 premier poteau et 8 dans l'axe ▪ Circuit 2 : Même départ mais cette fois l'excentré remise en 1 pour une deux avec le latéral. Le latéral finit premier poteau le 9 second poteau et le milieu dans l'axe.
Objectifs	Porteur de balle : fixer l'adversaire pour décaler un partenaire dans l'espace libre. Changer de rythme par la vitesse d'enchaînement (rythme et/ou nombre de touches), la conduite rapide, la nature de la passe. Non porteur de balle : augmenter le nombre de partenaires disponibles dans la zone de ballon (jeu à 2, à 3, dédoublement, 1/2, 1/2/3). Utiliser les changements de direction et de rythme dans les demandes.

Déséquilibrer Finir

Jeu

Durée	Distance	Effectif
3x6'	65m/68m	8 x 8 + 1GB



Objectifs :

- ✓ 1' max entre les séquences
- ✓ 18' de temps de jeu prévues jouer 16'

Séquence 1 :

- ✓ J'observe
- ✓ Je compte les points
- ✓ Je veille aux règles
- ✓ J'encourage l'équipe qui n'a pas le ballon à bien fermer la porte
- ✓ Je n'arrête pas le jeu

Séquence 2 :

- ✓ Idem séquence 1
- ✓ Je fais un arrêt flash sur un bon comportement dans le couloir

Séquence 3 :

- ✓ Je laisse jouer et donne un scénario (équipe qui défend le but mené au début de la séquence)

Jouer combiner pour créer un surnombre

Phase de jeu	Où ?	Qui ?	Pourquoi ?
Dés/Finir	Haut	Latéral- Excentré	Animer les côtés

Descriptif

Règles	▪ Hors jeu appliqué pour les bleus ▪ Règle FIFA (touches, coups francs...) ▪ Si but on repart de l'équipe qui a encaissé
Buts	▪ Bleus : Marquer = 1 point qui est doublé si il fait suite à un centre après les portes ▪ Blancs : Stop balle = 1 point qui est doublé s'il fait suite à une récupération dans la zone centrale
Consignes	▪ Bleus positionnés en 4-1-3 (base du 1-4-3-3) ▪ Blancs positionnés en 2 ligne de 4 (Base du 1-4-4-2) ▪ Jeu libre
Objectifs	Porteur de balle : fixer l'adversaire pour décaler un partenaire dans l'espace libre. Changer de rythme par la vitesse d'enchaînement (rythme et/ou nombre de touches), la conduite rapide, la nature de la passe. Non porteur de balle : augmenter le nombre de partenaires disponibles dans la zone de ballon (jeu à 2, à 3, dédoublement, 1/2, 1/2/3). Utiliser les changements de direction et de rythme dans les demandes.