

CATÉGORIE		U11 / U13		THEME TECHNIQUE			Les prises de balles + passes et centres			
But	Coupelle	Plot	Zones	Mannequin	Ballons	Joueurs	Conduite	Déplacem sans ballon	Déplacem avec ballon	
PROCÉDÉ ET OBJECTIF		COMPORTEMENTS ATTENDUS				Durée	Effectif	Surface	Méthode péda	
EXERCICE : Améliorer les prises de balles et passes courtes		Qualité de passes claquées Prise de balle pour s'orienter Être orienté pour recevoir Se donner de l'espace et du temps Raccourcir le temps d'exécution Recevoir en mouvement				15'	2 à illimité	15/15	DIRECTIVE	
BUT / CONSIGNES		VARIABLES								
4 joueurs par atelier chacun à un plot. Les joueurs restent toujours au même poste (plot). Le joueur bleu fait une passe à l'autre joueur bleu qui sur la prise de balle doit dépasser son plot puis faire une passe au joueur jaune à l'opposé (diagonale). Les joueurs jaunes font la même chose et ainsi de suite. Séquences de 2 minutes puis inverser les départs et donc les rôles des 2 joueurs de la même couleur.		Inverser les rôles des 2 joueurs de la même couleur. Mettre 2 ballons, 1 par couleur, joueurs fixes prises de balles et passes par 2 l'un en face de l'autre en contournant les plots. (schéma noir)								
PROCÉDÉ ET OBJECTIF		COMPORTEMENTS ATTENDUS				Durée	Effectif	Surface	Méthode péda	
EXERCICE : Améliorer les prises de balles et l'enchaînement passes ou centres		Synchroniser le centre et la course Arriver lancé dans les zones de centres. Passes claquées, remise intérieur de pied. Utiliser la bonne surface (cou de pied, intérieur, etc). Ballon orienté sur prise de balle				20 minutes	6 à 12 + gb	1/3 terrain	DIRECTIVE	
BUT / CONSIGNES		VARIABLES								
Les joueurs restent fixes sur le même poste. Schéma : Appui-Remise- passe en profondeur pour le centreur. Les joueurs se projettent pour finir devant le but. Alternance de passages entre gauche et droite. Faire changer les joueurs de postes toutes les 5 minutes		Créer des zones de centres dans lesquelles le ballon doit arriver et les joueurs doivent se trouver. (1er et 2ème poteau, retrait) Modifier le circuit de passes.								
PROCÉDÉ ET OBJECTIF		COMPORTEMENTS ATTENDUS				Durée	Effectif	Surface	Méthode péda	
EXERCICE : Vitesse + prises de balles et tirs						20 minutes			DIRECTIVE	
BUT / CONSIGNES		VARIABLES								
1 joueur de chaque équipe au départ. L'éducateur indique (oralement ou visuellement) une couleur dont le joueur doit toucher la coupelle puis repartir en marche arrière jusqu'au plot pour récupérer le ballon à transmettre dans le carré pour le partenaire qui arrive lancé. But avec prise de balle dans la zone = 2pts But avec prise de balle hors de la zone = 1pt		Inverser les rôles des joueurs Modifier la zone de réception de la passe pour réaliser un centre pour le joueur du départ.								
PROCÉDÉ ET OBJECTIF		COMPORTEMENTS ATTENDUS				Durée	Effectif	Surface	Méthode péda	
CHALLENGE JONGLAGES U11/U13									DIRECTIVE	
BUT / CONSIGNES		VARIABLES				<p style="text-align: center;">CHALLENGE TECHNIQUE JONGLAGE U11/U13</p> <p style="text-align: center;">Faire un maximum de jonglages pendant 1 minute. Voir le règlement dans le détail sur l'article.</p>				
Le district a communiqué en date du 15/04/2021 sur le déploiement de challenges techniques pour l'ensemble des catégories du Football Animation (U7 à U13) Nous vous invitons pour cette semaine à réaliser le "CHALLENGE TECHNIQUE JONGLAGE U11/U13" Les documents sont en ligne sur le site du District dans l'onglet "PRATIQUES" puis "Foot animation"										