JEU n° 1

MÉTHODE PÉDAGOGIQUE

Active

Laisser jouer, observer, questionner

PHASE DE JEU	ON A LE BALLON - Conserver - Progresser
PRINCIPE DE JEU	Créer et utiliser des espaces
MOYENS ASSOCIÉS	
IMPACT CHARGE MENTALE	- +
IMPACT CHARGE PHYSIQUE	- +

U9

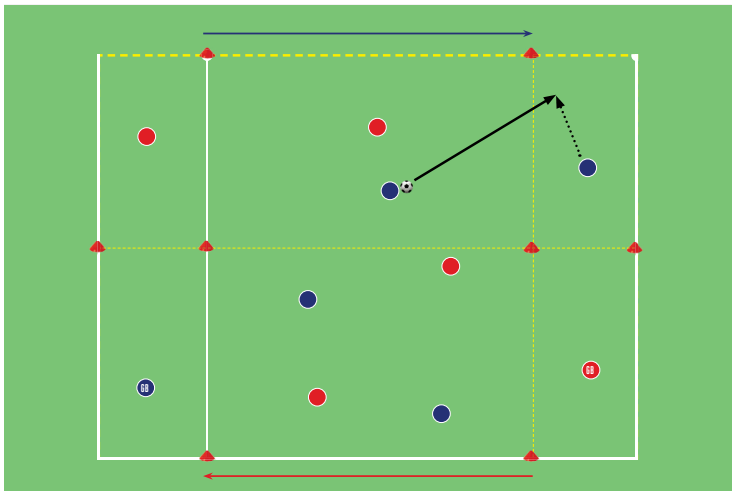
FACILE

BASE

DIFFICILE

ORGANISATION

OBJECTIF	Améliorer l'occupation de l'espace.
BUT(S)	Transmettre le ballon à son capitaine = 1 point.
CONSIGNES	Balle aux capitaines. 3 contre 3 au milieu. Chaque capitaine occupe la moitié de la largeur du terrain. Possibilité de jouer en retrait sur son gardien de but (relance protégée dans sa zone). Veiller à : - équilibrer et structurer les équipes. - compter les points et valoriser les réussites.
CRITÈRES DE RÉUSSITE	



SURFACE

Long	20 m
Larg	15 m

DURÉE TOTALE

10' à 15'

SÉQUENCE

2 x 5'

EFFECTIF

Joueurs	10		
	4		-
	4	GB	2

MATÉRIEL

- -
- -
- -
- -
- -
- ×
- ×
- -
- déplacement
- conduite
- passe / tir

COMPORTEMENTS ATTENDUS

COLLECTIFS (VEILLER À...)

Agrandir l'espace de jeu effectif (largeur et profondeur).

INDIVIDUELS (VEILLER À...)

Porteur de balle : jouer sur un partenaire démarqué (ayant du temps et de l'espace pour enchainer).

Non porteur de balle : prendre de la distance avec le porteur de balle, mes autres partenaires et mes adversaires directs.

VARIABLES

Mettre des appuis libres sur les côtés afin d'augmenter les possibilités de passes.

Obligation pour le capitaine de rejouer avec un partenaire pour marquer 1 point.

TRANSITIONS

À LA PERTE

À LA RÉCUPÉRATION

Exercice n° 1

MÉTHODE PÉDAGOGIQUE

Directive

Expliquer, démontrer, faire répéter les gestes

MOYENS ASSOCIÉS	Coordination motrice
IMPACT CHARGE MENTALE	- +
IMPACT CHARGE PHYSIQUE	- +

U9

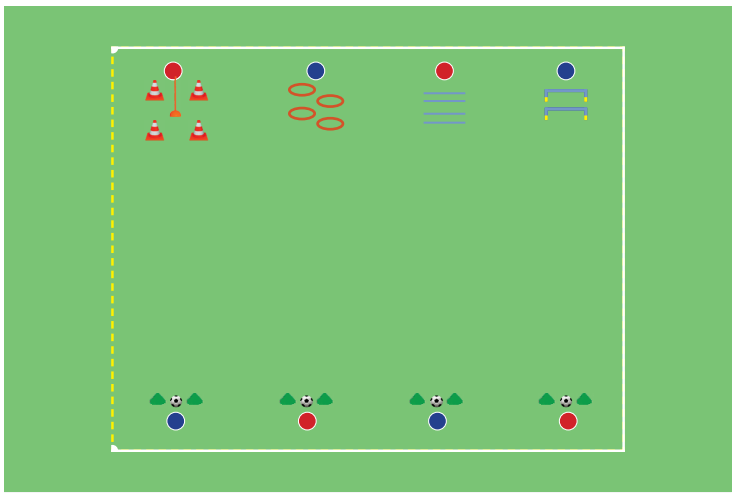
FACILE

BASE

DIFFICILE

ORGANISATION

OBJECTIF	Améliorer l'agilité.
BUT(S)	Conserver son capital point = 5 points.
CONSIGNES	Au signal de l'éducateur, un joueur de chaque équipe effectue son parcours avec un ballon dans les mains. Suite au parcours, il reçoit une passe qu'il contrôle puis redonne en 2 touches maximum. Moins 1 point si : les éléments sont touchés, la passe est mal réceptionnée ou redonnée à l'extérieur de la porte. Veiller à : - vérifier le rythme et l'activité de tous les joueurs. - compter les points et valoriser les réussites. - organiser la rotation sur les différents postes. - démultiplier les ateliers.
CRITÈRES DE RÉUSSITE	



SURFACE

Long	12 m
Larg	15 m

DURÉE TOTALE

10' à 15'

SÉQUENCE

n x 5 répétitions

EFFECTIF

Joueurs	8		
	4		-
	4	GB	-

MATÉRIEL

- ×
- ×
- ×
- ×
- ×
- ×
- ×
- -
- déplacement
- conduite
- passe / tir

COMPORTEMENTS ATTENDUS

INDIVIDUELS (VEILLER À...)

Se concentrer sur la fluidité et l'enchainement des mouvements.

VARIABLES

Parcours effectué sans ballon dans les mains.

Ballon au pied = moins 1 point si le ballon touche un obstacle.

TRANSITIONS

À LA PERTE

À LA RÉCUPÉRATION

SITUATION n° 1

MÉTHODE PÉDAGOGIQUE

Active

Faire répéter l'action, questionner, orienter

PHASE DE JEU	ON A LE BALLON - Conserver - Progresser
PRINCIPE DE JEU	Créer et utiliser des espaces
MOYENS ASSOCIÉS	
IMPACT CHARGE MENTALE	- +
IMPACT CHARGE PHYSIQUE	- +

U9

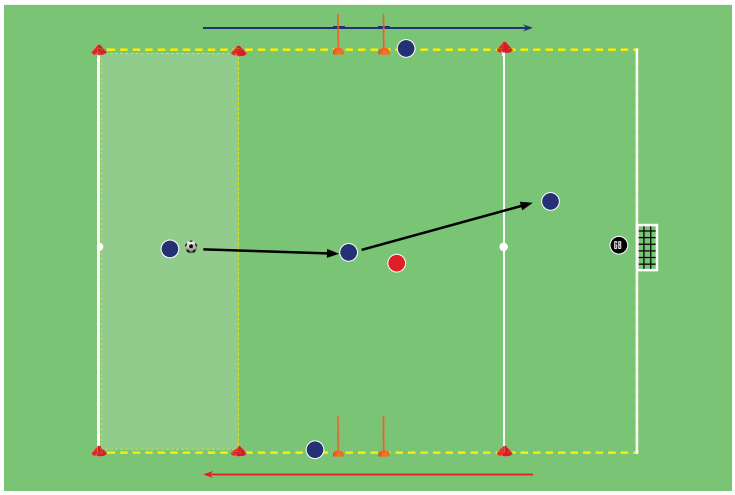
FACILE

BASE

DIFFICILE

ORGANISATION

OBJECTIF	Améliorer l'occupation de l'espace.
BUT(S)	**Attaquants** : transmettre le ballon aux capitaines de son équipe = 1 point (bonus si but = 1 point). **Défenseurs** : à la récupération, marquer dans la porte = 1 point.
CONSIGNES	1 contre 1 au milieu. Le joueur du milieu peut utiliser les deux joueurs de côté, positionnés à l'intérieur du terrain, et un soutien inattaquable. Les joueurs de côté ne peuvent pas marquer. L'action se termine lorsqu'une des deux équipes marque ou que le ballon sort du terrain. Le défenseur rouge peut revenir défendre son but. Veiller à : - compter les points et valoriser les réussites. - organiser la rotation des attaquants et des défenseurs.
CRITÈRES DE RÉUSSITE	



SURFACE	
Long	20 m
Larg	15 m

DURÉE TOTALE
10' à 15'

SÉQUENCE
n x 5 actions

EFFECTIF			
Joueurs	7		
●	5	●	-
●	1	GB	1

MATÉRIEL	
▦	-
▦	×
▮	×
▲	-
⬭	-
▲	×
⚽	×
▬	-
⋯→	déplacement
⇝	conduite
→	passe / tir

COMPORTEMENTS ATTENDUS

COLLECTIFS (VEILLER À...)

Agrandir l'espace de jeu effectif (largeur et profondeur).

INDIVIDUELS (VEILLER À...)

Porteur de balle : jouer sur un partenaire démarqué (ayant du temps et de l'espace pour enchainer).

Non porteur de balle : prendre de la distance avec le porteur de balle, mes autres partenaires et mes adversaires directs.

VARIABLES

Les joueurs de côté peuvent marquer s'ils reçoivent le ballon dans la zone du capitaine.

Au moins 3 joueurs doivent toucher le ballon avant de pouvoir passer au capitaine.

TRANSITIONS

À LA PERTE

À LA RÉCUPÉRATION

EXERCICE n° 1

MÉTHODE PÉDAGOGIQUE

Directive

Expliquer, démontrer, faire répéter les gestes

PHASE DE JEU	ON A LE BALLON - Conserver - Progresser
PRINCIPE DE JEU	Créer et utiliser des espaces
MOYENS ASSOCIÉS	Les contrôles (au sol)
IMPACT CHARGE MENTALE	- +
IMPACT CHARGE PHYSIQUE	- +

U9

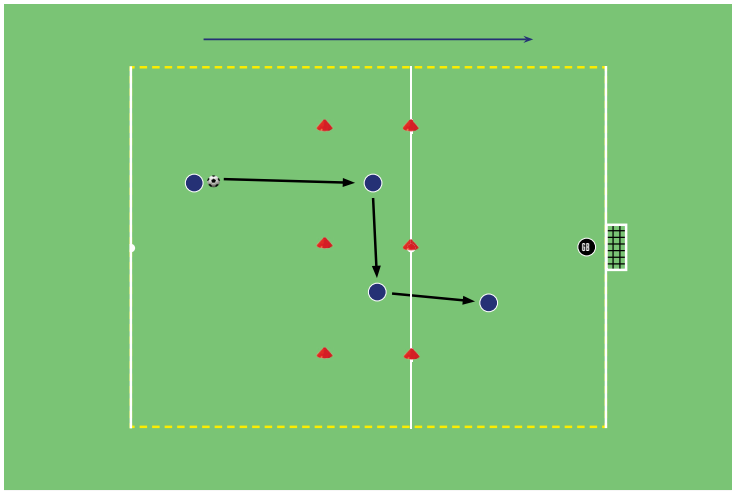
FACILE

BASE

DIFFICILE

ORGANISATION

OBJECTIF	Améliorer les contrôles (au sol).
BUT(S)	L'équipe qui marque le plus rapidement marque 1 point.
CONSIGNES	Par groupes de 4, effectuer le cheminement imposé par l'éducateur. Minimum 2 touches de balle par joueur. Veiller à : - vérifier le rythme et l'activité de tous les joueurs. - compter les points et valoriser les réussites. - organiser la rotation sur les différents postes. - démultiplier les ateliers.
CRITÈRES DE RÉUSSITE	



SURFACE	
Long	20 m
Larg	10 m

DURÉE TOTALE
10' à 15'

SÉQUENCE
n x 5 répétitions

EFFECTIF			
Joueurs	5		
●	4	●	-
●	-	GB	1

MATÉRIEL	
▦	-
▦	×
▮	-
▲	-
⬭	-
▲	×
⚽	×
▬	-
⋯→	déplacement
⇝	conduite
→	passe / tir

COMPORTEMENTS ATTENDUS

COLLECTIFS (VEILLER À...)

INDIVIDUELS (VEILLER À...)

Regarder le ballon.
Accélérer et orienter la prise de balle au sol, selon le sens ou les contraintes du jeu.
Laisser le ballon en mouvement pour enchainer rapidement.
Accueillir le ballon au moment de l'impact.
Adapter la position du corps et utiliser une surface de contact large.
Dissocier haut et bas du corps si l'adversaire est présent.
Être sur des appuis dynamiques.

VARIABLES

Libre dans le nombre de touches de balle.

3 touches de balle obligatoire pour chaque joueur.

TRANSITIONS

À LA PERTE

À LA RÉCUPÉRATION