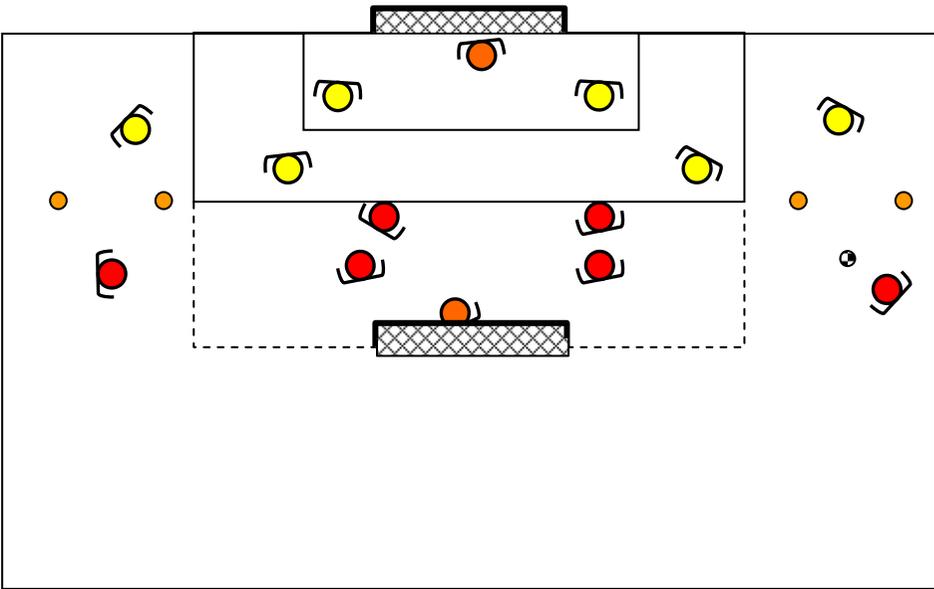
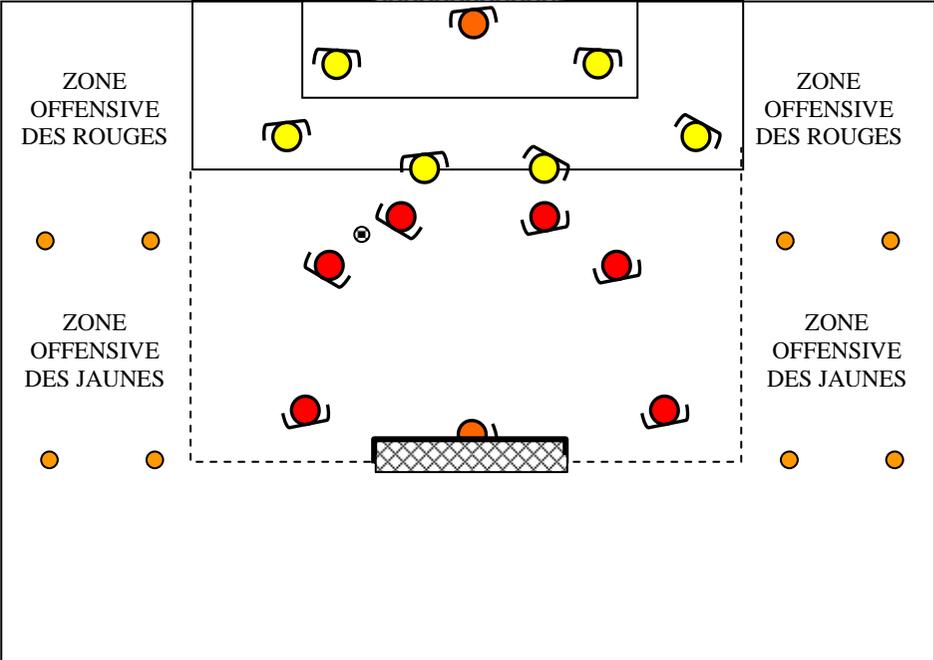
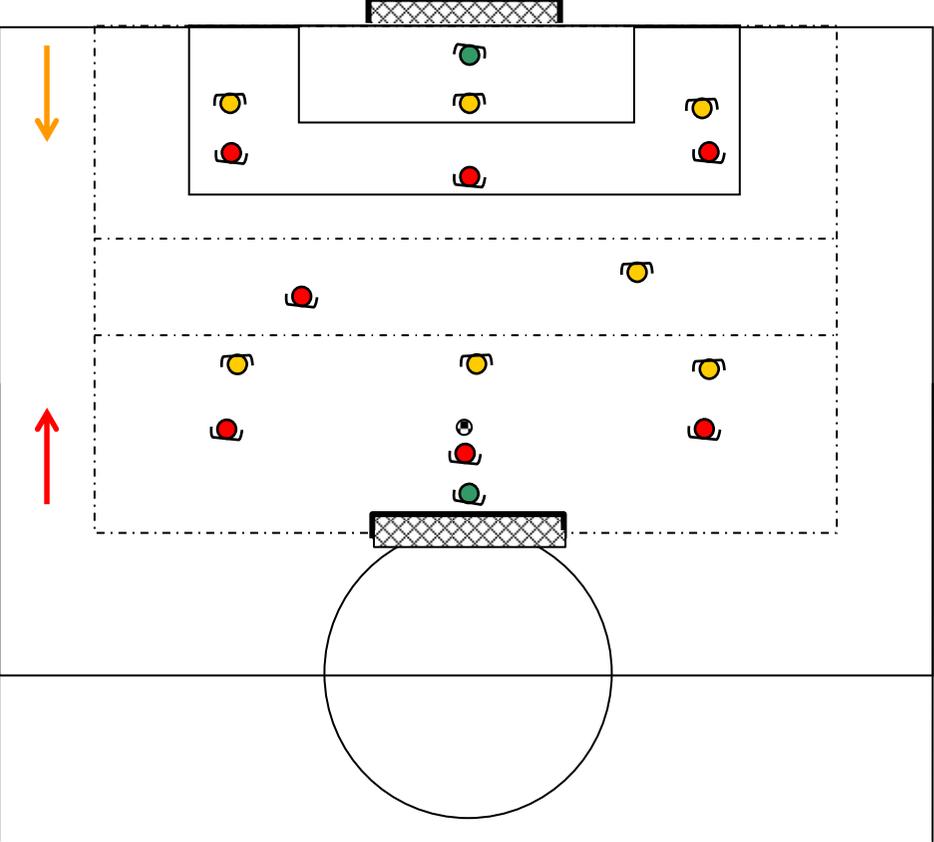


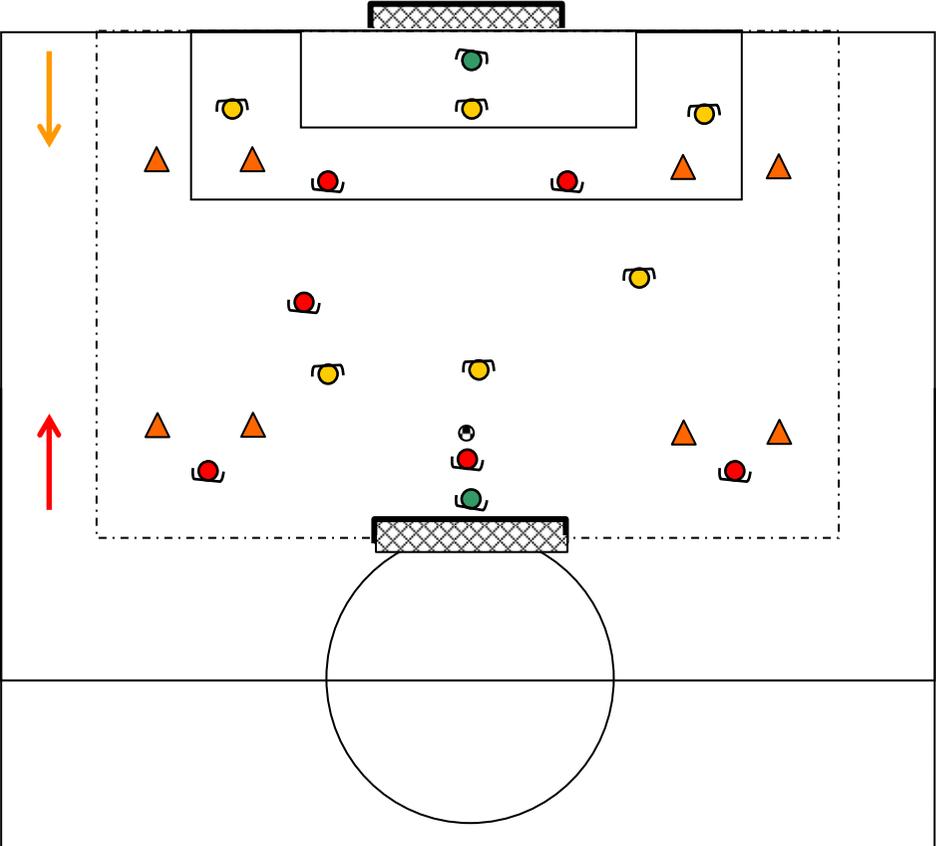
OBJECTIF	SCHEMA	CONSIGNES	MATERIEL
Thème :	N° Séance :		

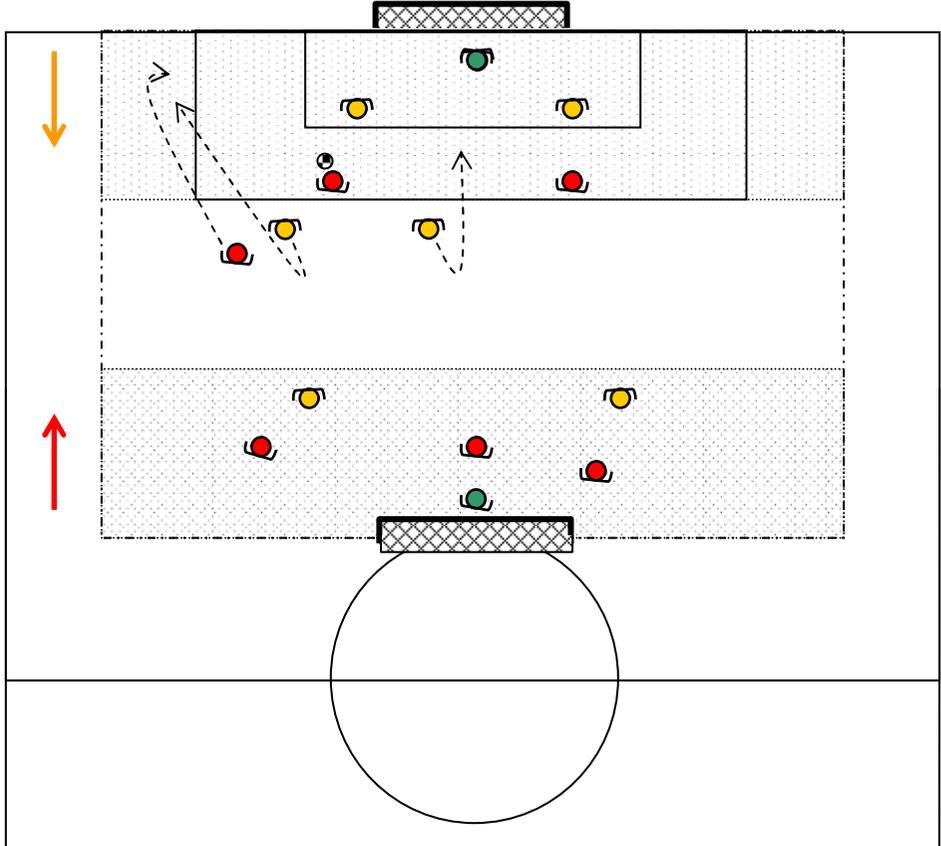
OBJECTIF	SCHEMA	CONSIGNES	MATERIEL
Thème :		N° Séance :	
<p>N° : 001J</p> <p>JEU COLLECTIF</p> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Centres et tirs <p><u>TEMPS : 25 min</u></p>		<p><u>CONSIGNES :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Sur un terrain de 50 X 40 m, jeu en 6 contre 6 avec 2 gardiens fixes. ❑ Les joueurs recherchent à jouer sur les pivots placés dans une zone bien définie où les joueurs n'ont pas le droit de pénétrer. ❑ Valoriser les centres et tirs → 2 points si but marquer sur un centre et reprise. (autres 1 point) ❑ Libre, 3 touches puis 2 touches <p><u>VARIANTE :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Mettre les pivots dans la zone offensive ❑ Autoriser ensuite les duels entre les deux joueurs de couloir ❑ Le joueur ayant fait la passe au pivot peut apporter le surnombre dans le couloir. <p><u>REMARQUES :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Attention à équilibrer les zones de jeu ❑ Communication entre le centreur et le receveur. ❑ Mettre les joueurs à leur poste de prédilection. 	<p>Assiettes</p> <p>Ballons</p> <p>Chasubles</p> <p>Cônes</p> <p>1 but amovible</p>

OBJECTIF	SCHEMA		CONSIGNES	MATERIEL
Thème :		N° Séance :		
<p>N° : 002J</p> <p>JEU COLLECTIF</p> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Jeu et stratégies <p>Déséquilibre de la défense et utilisation des côtés.</p> <p><u>TEMPS : 25 min</u></p>			<p>CONSIGNES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Jeu en 7 contre 7 sur $\frac{3}{4}$ d'un demi terrain en longueur, avec deux buts de foot à 11 ❑ Règles foot à 11 ❑ Tracer une zone de 10 à 15 m sur toute la longueur des lignes de touche dans la partie offensive de chaque équipe. ❑ Ne peut pénétrer qu'un seul joueur dans une zone, latérale, de sa partie offensive et sur une conduite de balle. ❑ Le joueur peut sortir de sa zone après avoir reçu le ballon et aucun joueur ne peut défendre sur lui, sauf le gardien. ❑ Le joueur à deux touches de balle pour marquer, passer ou centrer ❑ Mise en place sur les situations arrêtées de stratégies. <p>REMARQUES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Matérialiser avec une couleur différente chaque zone par équipe. ❑ Obliger les joueurs à aller le plus rapidement possible dans une zone. 	<p>Cônes</p> <p>Assiette</p> <p>1 but amovible</p> <p>Ballons</p>

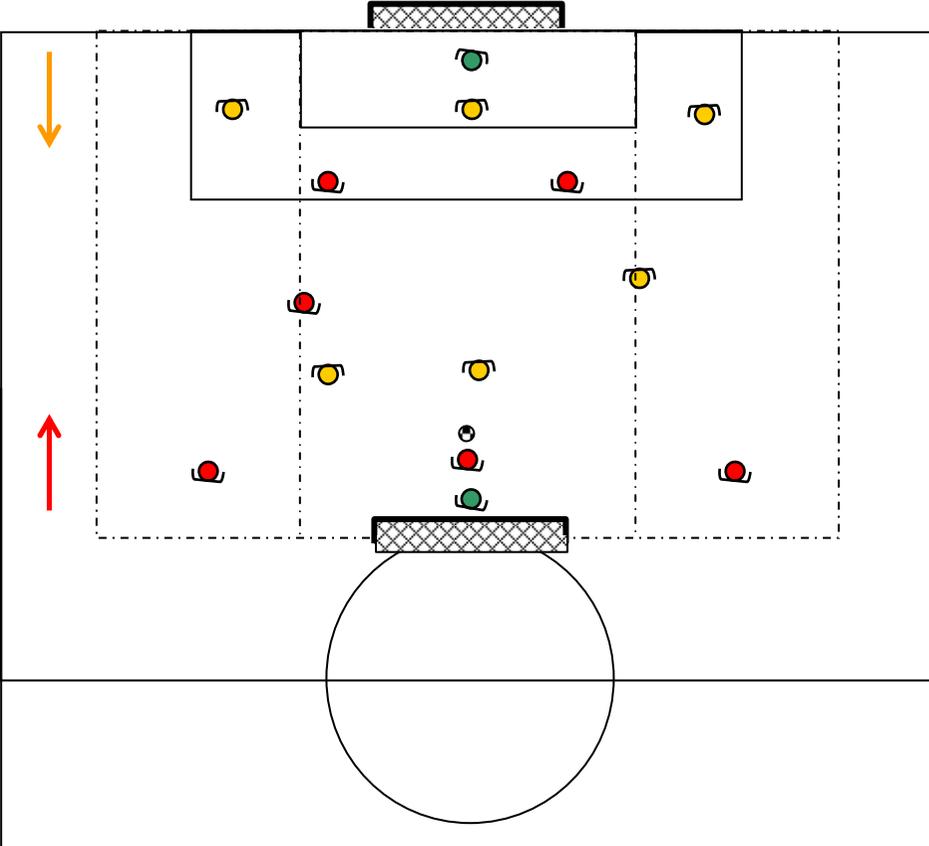
OBJECTIF	SCHEMA	CONSIGNES	MATERIEL
Thème :		N° Séance :	
<p>N° : 003J</p> <p>JEU COLLECTIF</p> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Jeu et stratégies <p>Récupération du ballon faire le bon choix d'attaque :</p> <p>Objectifs du match :</p> <ul style="list-style-type: none"> - presser le porteur du ballon dans sa zone défensive pour frapper au but - Situations stratégiques <p>TEMPS : 25 min</p>		<p>CONSIGNES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Jeu 7 contre 7 sur ½ terrain, en longueur, avec deux but de foot à 11. ❑ Règles de foot à 11 ❑ Deux touches de balle. ❑ Dès qu'un joueur récupère le ballon dans la partie défensive adverse, personne ne peut défendre sur lui. ❑ Mise en place sur les situations arrêtées de stratégies. <p>REMARQUES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Obliger les attaquants à presser à plusieurs le défenseur, porteur du ballon dans sa partie défensive. ❑ Bien marquer la moitié de terrain ❑ Empêcher les défenseurs de gêner l'attaquant qui a récupéré le ballon dans sa partie défensive. ❑ Forcer le récupérateur à enchaîner une situation immédiatement, si possible par une frappe au but. 	<p>Assiette</p> <p>2 buts de foot à 11</p> <p>Chasubles</p> <p>Ballons</p>

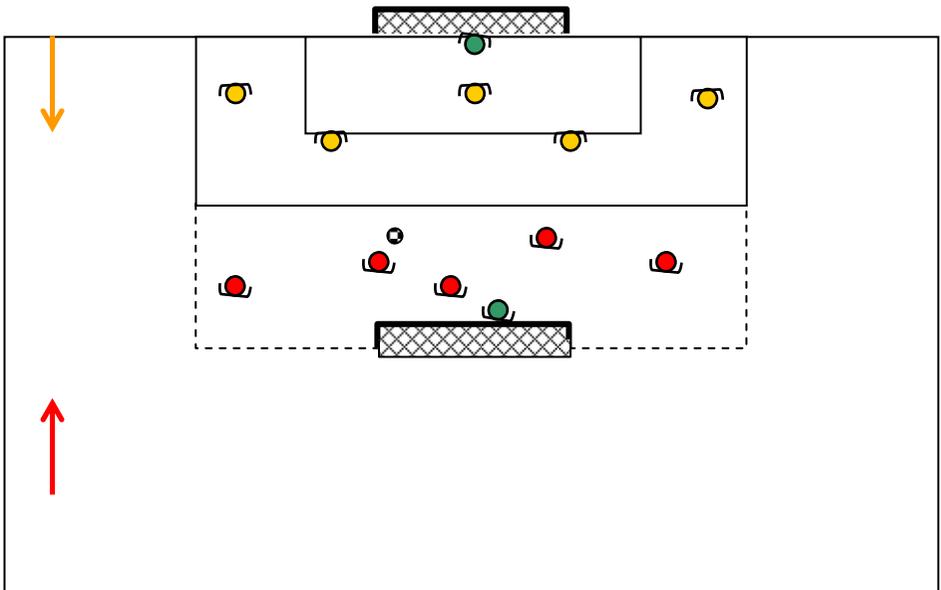
OBJECTIF	SCHEMA		CONSIGNES	MATERIEL
Thème :	N° Séance :			
<p>N° : 004J</p> <p>JEU COLLECTIF</p> <p>Amélioration spécifique avec support tactique collectif</p> <p><i>Gestion offensive et défensive en égalité numérique.</i></p> <p><u>Objectifs du jeu d'application :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Bien utiliser et protéger sa zone d'intervention. - Relancer rapidement - Conserver le ballon si pas de déséquilibre <p>Durée : 25 min</p>			<p>CONSIGNES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Jeu 8 contre 8 sur $\frac{3}{4}$ de terrain, en longueur, avec deux buts de foot à 11. ➤ Règles foot à 11 mais pas de hors jeu ➤ Tracer 2 lignes dans le sens de la largeur du terrain ➤ La zone du milieu étant d'une largeur de 5 mètres ➤ 3 contre 3 dans les deux zones défensives. ➤ Jeu libre pour les attaquants, libre, trois puis deux touches pour les défenseurs ➤ Dans la zone du milieu mettre un « joker » de chaque équipe qui sert d'appui et de transmission entre les deux zones défensives ➤ Les « jokers » ne défendent pas ➤ Interdiction de changer de zone ➤ Le gardien relance dans sa zone défensive. <p>REMARQUES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Obliger les joueurs à utiliser le « joker » pour créer le déséquilibre. ❑ Pour augmenter le travail en endurance capacité travailler en marquage individuel sur les 15 premières minutes ❑ Obliger le « joker » lors d'une transmission entre les deux zones à enchaîner une relance, la plus sûre et la plus réelle. 	<p>Maximum de Ballons</p> <p>Assiettes</p> <p>Chasubles</p> <p>2 buts de foot à 11</p>

OBJECTIF	SCHEMA		CONSIGNES	MATERIEL
Thème :		N° Séance :		
<p>N° : 005J</p> <p>JEU COLLECTIF</p> <p>Amélioration spécifique avec support tactique collectif</p> <p><i>Déséquilibre de la défense, fixation pour renversement</i></p> <p><u>Objectifs du jeu d'application :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Fixer un espace pour jouer sur un autre. <p>Durée : 25 min</p>			<p>CONSIGNES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Sur un 3/4 de terrain de foot à 11 + 2 gardiens et 2 portes de 5 mètres ➤ Règles de foot à 11 mais pas de hors jeu ➤ Marquer dans un but avec gardien ou dans une des portes latérales sur une conduite de balle dans le sens offensif. ➤ But marqué en traversant une porte sur passe du côté opposé : trois points ➤ But marqué en traversant une porte : 2 points ➤ But marqué dans le but : 1 point <p>REMARQUES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ☐ Obliger les joueurs à fixer un objectif pour utiliser celui-ci comme fausse piste. 	<p>Maximum de Ballons</p> <p>Assiettes</p> <p>2 couleurs de chasuble</p> <p>Cônes</p> <p>2 buts de foot à 11</p>

OBJECTIF	SCHEMA	CONSIGNES	MATERIEL
Thème :	N° Séance :		
<p>N° : 006J</p> <p>JEU COLLECTIF</p> <p>Amélioration spécifique avec support tactique collectif</p> <p><i>Gestion offensive et défensive du placement et déplacement sans ballon</i></p> <p>Objectifs du jeu d'application :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Prendre les espaces libres - Replacement <p>Durée : 25 min</p>		<p>CONSIGNES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Sur un ¾ de terrain de foot à 11 + 2 gardiens ➤ Règles foot à 11 mais pas de hors jeu ➤ Tracer deux lignes dans le sens de la largeur du terrain ➤ La zone du milieu étant plus large que les deux autres ➤ Quand le ballon se situe dans une zone défensive, tous les joueurs qui se situent dans la zone du milieu peuvent participer à la situation offensive ou défensive. <p>REMARQUES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ☐ Obliger les joueurs à circuler d'une zone à l'autre 	<p>Maximum de Ballons</p> <p>Assiettes</p> <p>2 couleurs de chasubles</p> <p>2 buts de foot à 11</p>

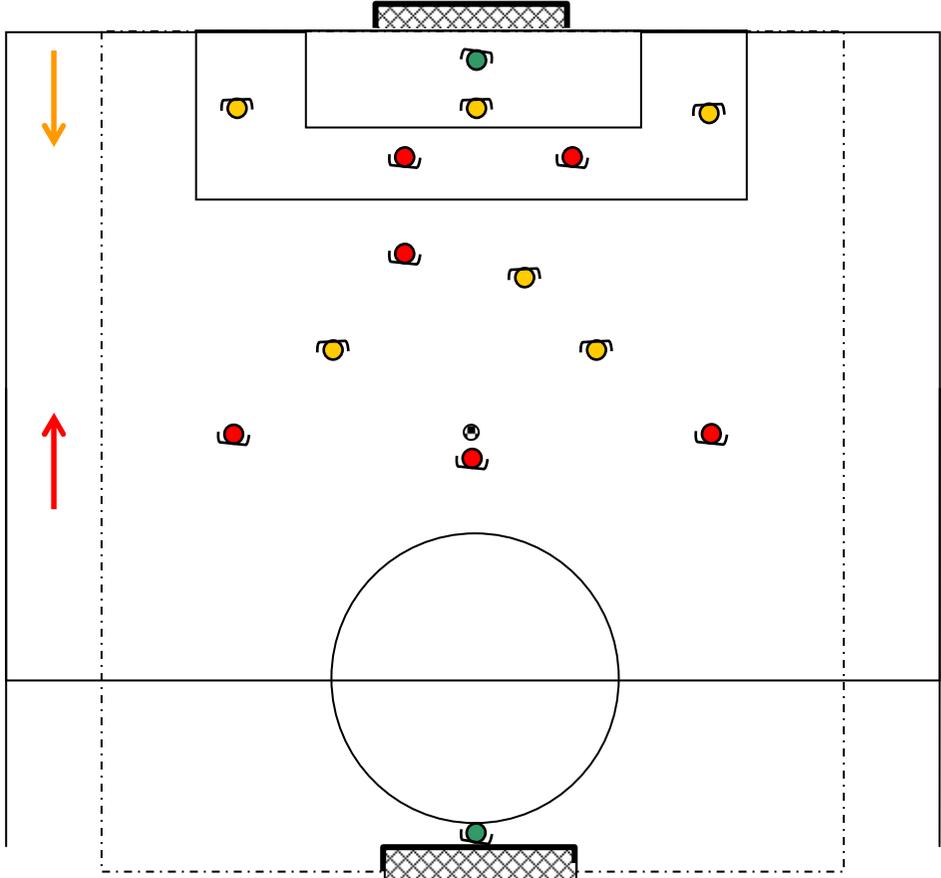
OBJECTIF	SCHEMA		CONSIGNES	MATERIEL
Thème :		N° Séance :		
<p>N° : 007J</p> <p>JEU COLLECTIF</p> <p>Amélioration spécifique avec support tactique collectif</p> <p><i>Conservation du ballon si pas de déséquilibre attaque placée</i></p> <p><u>Objectifs du jeu d'application :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Utiliser une zone où les joueurs sont libres pour conserver ou mieux déséquilibrer l'adversaire <p>Durée : 25 min</p>			<p>CONSIGNES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Sur un ¾ de terrain de foot à 11 + 2 gardiens ➤ Jeu à 7 contre 7 avec les règles du foot à 11 ➤ Tracer une ligne médiane dans le sens de la largeur du terrain ➤ Touche de balle libre pour les défenseurs dans leur partie défensive. ➤ Deux touches de balle pour les attaquants dans leur partie offensive ➤ But marqué après cinq passes : deux points ➤ But marqué en moins de cinq passes : 1 point <p>REMARQUES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ☐ Obliger les joueurs à ne pas hésiter à faire tourner le ballon pour déséquilibrer la défense adverse et se mettre en position de frappe 	<p>Maximum de Ballons</p> <p>Assiettes</p> <p>2 couleurs de chasubles</p> <p>2 buts de foot à 11</p>

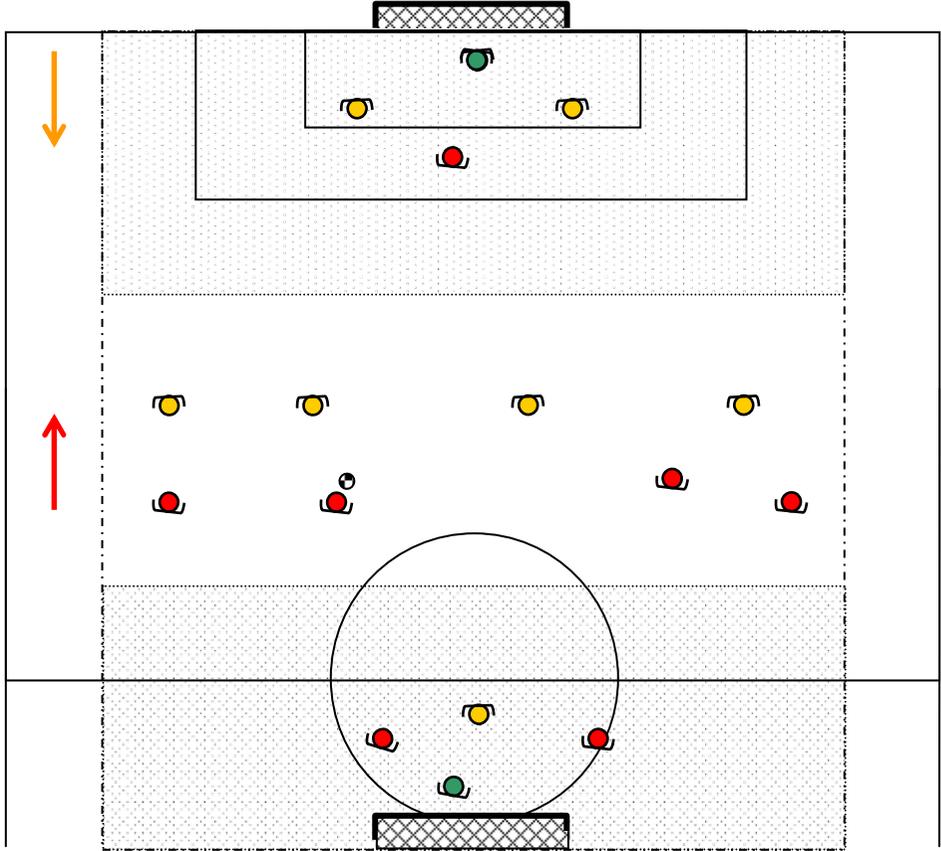
OBJECTIF	SCHEMA		CONSIGNES	MATERIEL
Thème :		N° Séance :		
<p>N° : 008J</p> <p>JEU COLLECTIF</p> <p>Amélioration spécifique avec support tactique collectif</p> <p><i>Conservation du ballon si pas de déséquilibre attaque placée</i></p> <p><u>Objectifs du jeu d'application :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Utiliser un joueur seul pour conserver ou mieux déséquilibrer l'adversaire - Faire un maximum de « stop jeu » pour mise en place de stratégies et correction des attitudes <p>Durée : 25 min</p>			<p>CONSIGNES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Sur un 3/4 de terrain de foot à 11 + 2 gardiens ➤ Jeu à 7 contre 7 avec les règles du foot à 11 ➤ Tracer deux lignes dans le sens de la longueur du terrain ➤ La zone du milieu étant plus large que les deux autres. ➤ Touches de balle libre, trois puis deux touches ➤ But marqué après que le ballon soit passé par les trois zones : deux points ➤ But marqué sans passage dans les trois zones : 1 point ➤ Mise en place sur les situations arrêtées de stratégies <p>REMARQUES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Obliger les joueurs à ne pas hésiter à faire tourner le ballon pour déséquilibrer la défense adverse et se mettre en position de frappe ou de centre 	<p>Maximum de Ballons</p> <p>Assiettes</p> <p>2 couleurs de chasubles</p> <p>2 buts de foot à 11</p>

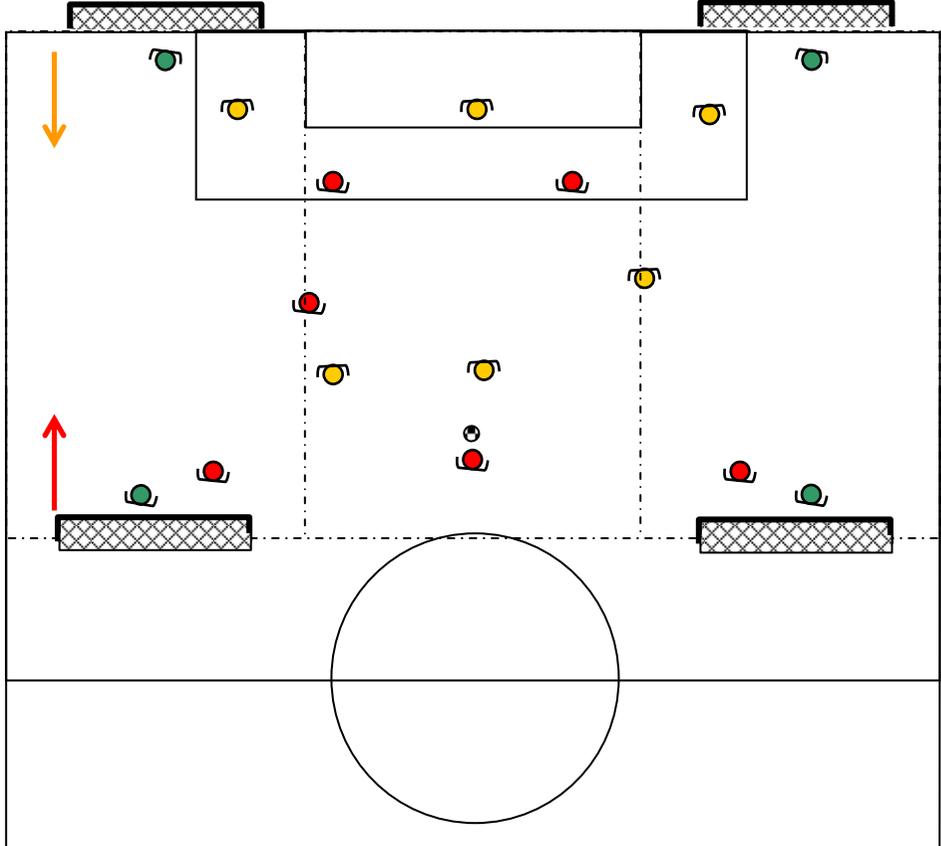
OBJECTIF	SCHEMA		CONSIGNES	MATERIEL
Thème :		N° Séance :		
<p>N° : 009J</p> <p>JEU COLLECTIF</p> <p><input type="checkbox"/> Jeu de tête</p> <p><u>TEMPS : 20 min</u></p>			<p><u>CONSIGNES :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Jeu 6 contre 6 avec 2 gardiens sur une surface de 2 x 16.5 m avec 2 buts de foot à 11 <input type="checkbox"/> Marquer de la tête sur passe <input type="checkbox"/> Les passes se font uniquement de la tête. <input type="checkbox"/> Dès que le ballon n'est plus jouable de la tête, le joueur, le récupère à la main et relance le jeu en se faisant une passe pour frapper le ballon de la tête. <p><u>VARIANTE :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Mettre des pivots sur les côtés pour des centres aux pieds <p><u>REMARQUES :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Interdire de défendre en reculant 	<p>Assiettes</p> <p>Ballons</p> <p>Chasubles</p> <p>Cônes</p> <p>1 but amovible</p>

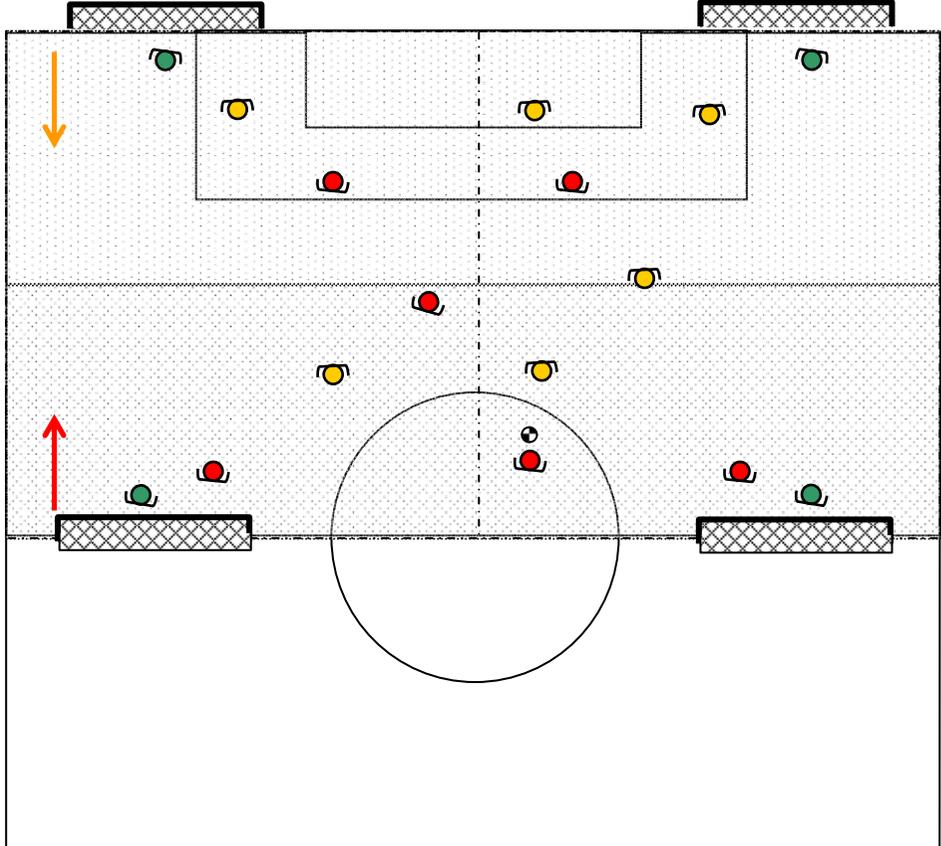
OBJECTIF	SCHEMA	CONSIGNES	MATERIEL
Thème :	N° Séance :		
<p>N° : 010J</p> <p>JEU COLLECTIF</p> <p>Amélioration spécifique avec support tactique collectif</p> <p><i>Récupération du ballon faire le bon choix d'attaque.</i></p> <p><u>Objectifs du jeu d'application :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Se maîtriser sans pression après avoir récupéré le ballon pour faire une bonne relance. - Faire un maximum de « stop jeu » pour mise en place de stratégies et correction des attitudes <p>Durée : 25 min</p>		<p>CONSIGNES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Jeu 7 contre 7 sur $\frac{3}{4}$ de terrain, en longueur, avec deux buts de foot à 11. ➤ Règles foot à 11 ➤ Tracer deux lignes dans le sens de la largeur du terrain ➤ La zone du milieu étant moins large que les deux autres ➤ Dès qu'un joueur récupère le ballon dans sa partie défensive, personne ne peut défendre sur lui. ➤ Il doit en deux touches après récupération du ballon, enchaîner sur une relance, la plus sûre et la plus réelle. <p>VARIANTE :</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Toujours relancer vers l'avant <p>REMARQUES :</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Obliger les défenseurs à presser à plusieurs l'attaquant, porteur du ballon <input type="checkbox"/> Obliger le récupérateur à enchaîner une situation dans les 2 à 3 secondes qui suivent la récupération du ballon. 	<p>Maximum de Ballons</p> <p>Assiettes</p> <p>2 couleurs de chasubles</p> <p>2 buts de foot à 11</p>

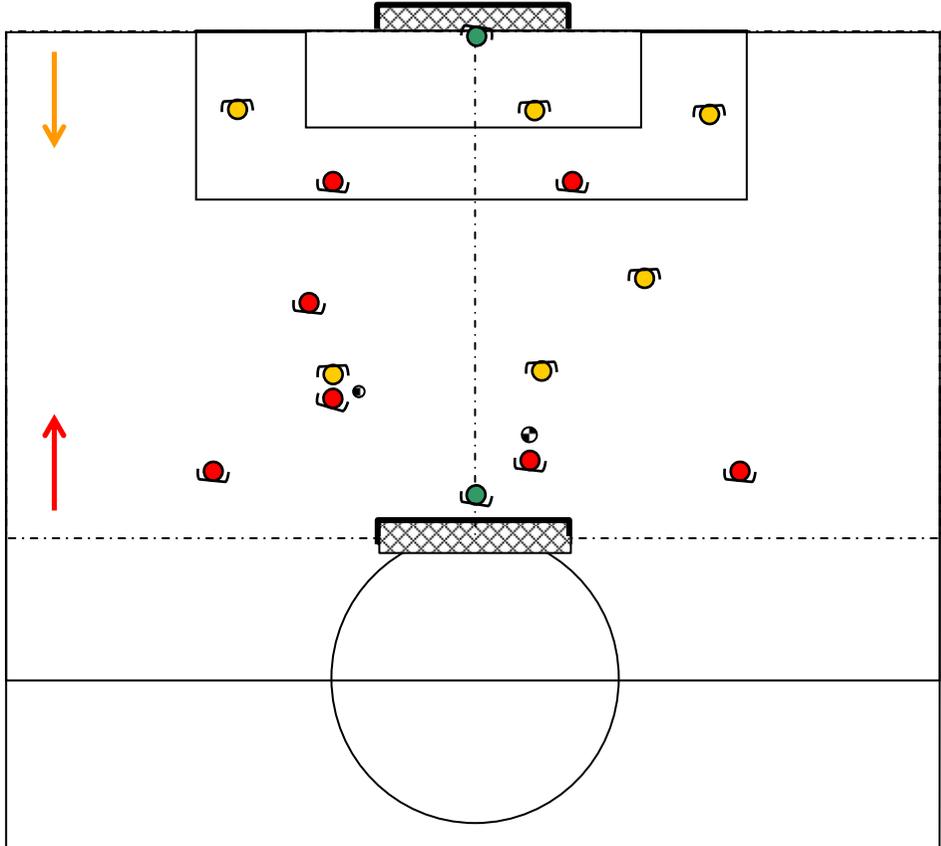
OBJECTIF	SCHEMA		CONSIGNES	MATERIEL
Thème :		N° Séance :		
<p>N° : 011J</p> <p>JEU COLLECTIF</p> <p>Amélioration spécifique avec support tactique collectif</p> <p><i>Récupération du ballon faire le bon choix d'attaque</i></p> <p><u>Objectifs du jeu d'application :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Se maîtriser sans pression après avoir récupéré le ballon pour faire une bonne relance - Faire un maximum de « stop jeu » pour mise en place de stratégies et correction des attitudes <p>Durée : 25 min</p>			<p><u>CONSIGNES :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Jeu 7 contre 7 sur $\frac{3}{4}$ de terrain, en longueur, avec deux buts de foot à 11. ➤ Règles foot à 11 ➤ Tracer deux lignes dans le sens de la largeur du terrain ➤ La zone du milieu étant plus large que les deux autres ➤ Dès qu'un joueur récupère le ballon dans la zone du milieu, personne ne peut défendre sur lui. ➤ Il doit en deux touches après la récupération du ballon, enchaîner une relance, la plus sûre et la plus réelle. <p><u>REMARQUES :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Obliger les milieux à presser à plusieurs l'adversaire, porteur du ballon. ❑ Obliger le récupérateur à enchaîner une situation dans les 2 à 3 secondes qui suivent la récupération. 	<p>Maximum de Ballons</p> <p>Assiettes</p> <p>2 couleurs de chasubles</p> <p>2 buts de foot à 11</p>

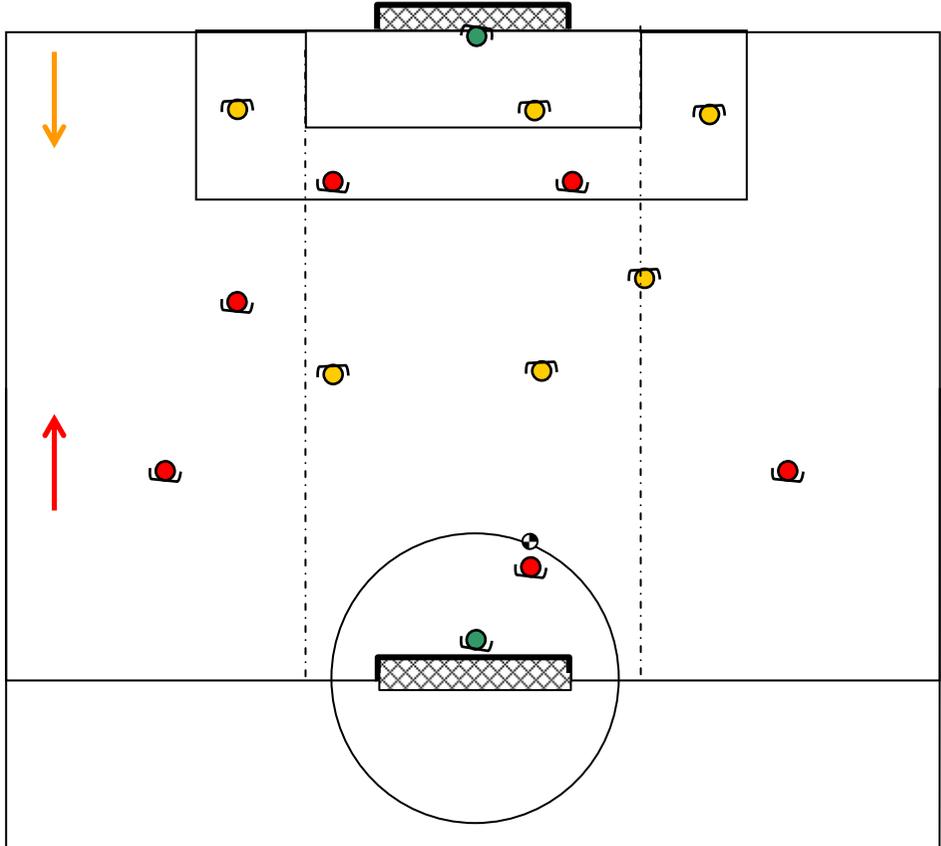
OBJECTIF	SCHEMA	CONSIGNES	MATERIEL
Thème :		N° Séance :	
<p>N° : 012J</p> <p>JEU COLLECTIF</p> <p>Amélioration spécifique avec support tactique collectif</p> <p><i>Récupération du ballon, faire le bon choix d'attaque.</i></p> <p><u>Objectifs du jeu d'application :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Se maîtriser sans pression après avoir récupéré le ballon pour faire une bonne relance - Faire un maximum de « stop jeu » pour mise en place de stratégies et correction des attitudes <p>Durée : 25 min</p>		<p>CONSIGNES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ➢ Jeu 9 contre 9 sur $\frac{3}{4}$ de terrain, en longueur, avec deux buts de foot à 11. ➢ Règles foot à 11 ➢ Jeu en deux touches de balle, libre quand un joueur intercepte le ballon. ➢ Mise en place de situations arrêtées de stratégies <p>REMARQUES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Utiliser le jeu libre pour rechercher un enchaînement des plus sûrs. 	<p>Maximum de Ballons</p> <p>Assiettes</p> <p>Chasubles</p> <p>2 buts de foot à 11</p>

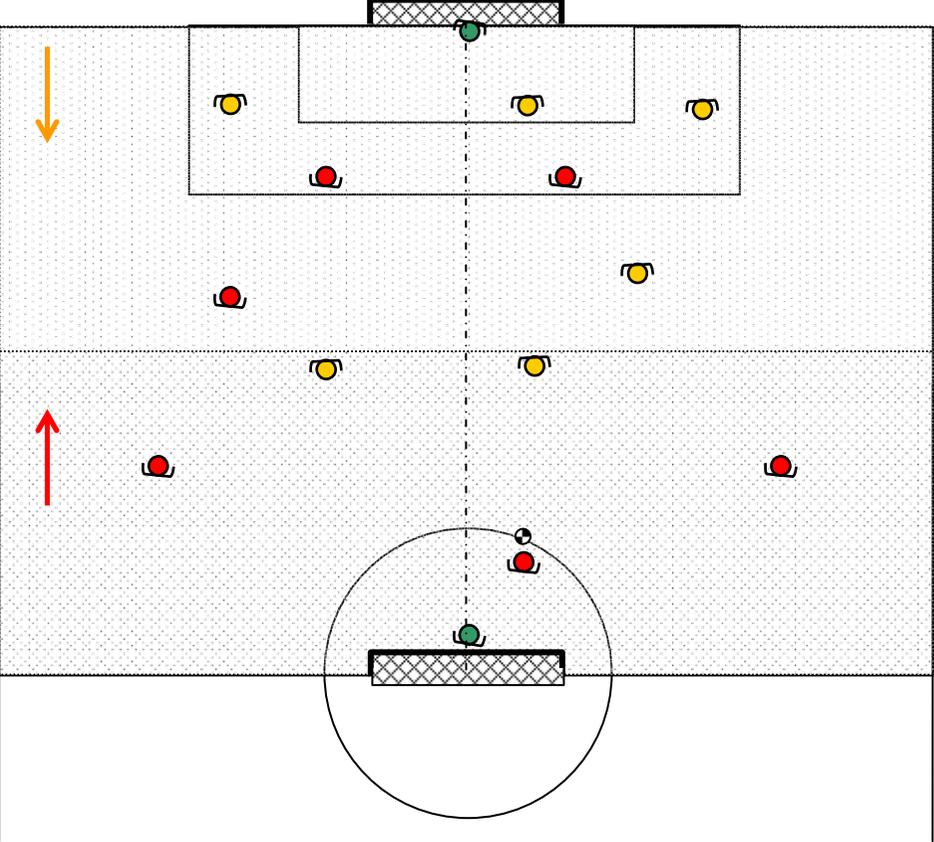
OBJECTIF	SCHEMA		CONSIGNES	MATERIEL
Thème :		N° Séance :		
<p>N° : 013J</p> <p>JEU COLLECTIF</p> <p>Amélioration spécifique avec support tactique collectif</p> <p><i>Gestion offensive en infériorité numérique</i></p> <p><u>Objectifs du jeu d'application :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Déséquilibrer les adversaires par le dribble - Feinter la passe et va - Si pas de déséquilibre, conserver le ballon pour rechercher le soutien - Faire des « stop jeu » pour mise en place de stratégies et correction des attitudes de placements et replacements <p>Durée : 20 min</p>			<p>CONSIGNES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Jeu 7 contre 7 + 2 gardiens sur 3/4 de terrain, en longueur, avec deux buts de foot à 11. ➤ Règles foot à 11 ➤ Tracer deux lignes dans le sens de la largeur du terrain ➤ La zone du milieu étant plus large que les deux autres. ➤ 1 contre 2 dans chaque zone offensive, 4 contre 4 au milieu ➤ Interdiction de changer de zone, sauf sur une passe donné par un partenaire en soutien ; de la zone offensive vers la zone du milieu. Dans ce cas, le milieu rentre dans la zone offensive en conduite de balle. ➤ Dès la perte du ballon, remplacement dans sa zone. <p>REMARQUES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Obliger les milieux de terrain à solliciter le ballon en soutien. 	<p>Maximum de Ballons</p> <p>Assiettes</p> <p>2 couleurs de chasubles</p> <p>2 buts de foot à 11</p>

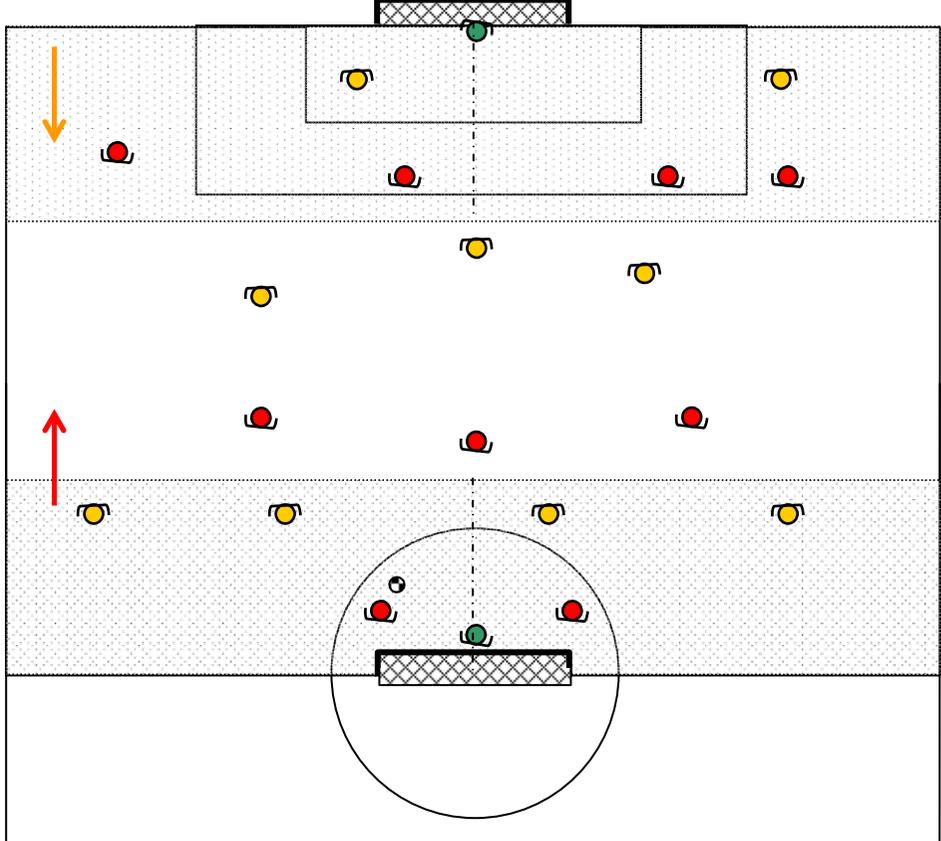
OBJECTIF	SCHEMA		CONSIGNES	MATERIEL
Thème :		N° Séance :		
<p>N° : 014J</p> <p>JEU COLLECTIF</p> <p>Amélioration spécifique avec support tactique collectif</p> <p><i>Déséquilibre de la défense, fixation pour renversement</i></p> <p><u>Objectifs du jeu d'application :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Fixer un espace pour jouer sur un autre - Faire un maximum de « stop jeu » pour mise en place de stratégies et correction des attitudes <p>Durée : 25 min</p>			<p>CONSIGNES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Sur un ¾ de terrain de foot à 11 + 4 gardiens ➤ Jeu à 8 contre 8 avec les règles du foot à 11 ➤ Tracer deux lignes dans le sens de la longueur du terrain ➤ Les trois zones sont de la même largeur. ➤ Chaque but est gardé par un gardien ➤ Touches de balle libre, trois puis deux touches ➤ But marqué sur passe du côté opposé : 2 points ➤ But marqué dans le but : 1 point ➤ Mise en place sur les situations arrêtées de stratégies <p>REMARQUES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ☐ Obliger les joueurs à fixer un objectif pour utiliser celui-ci comme fausse piste. 	<p>Maximum de Ballons</p> <p>Assiettes</p> <p>2 couleurs de chasubles</p> <p>4 buts de foot à 11</p>

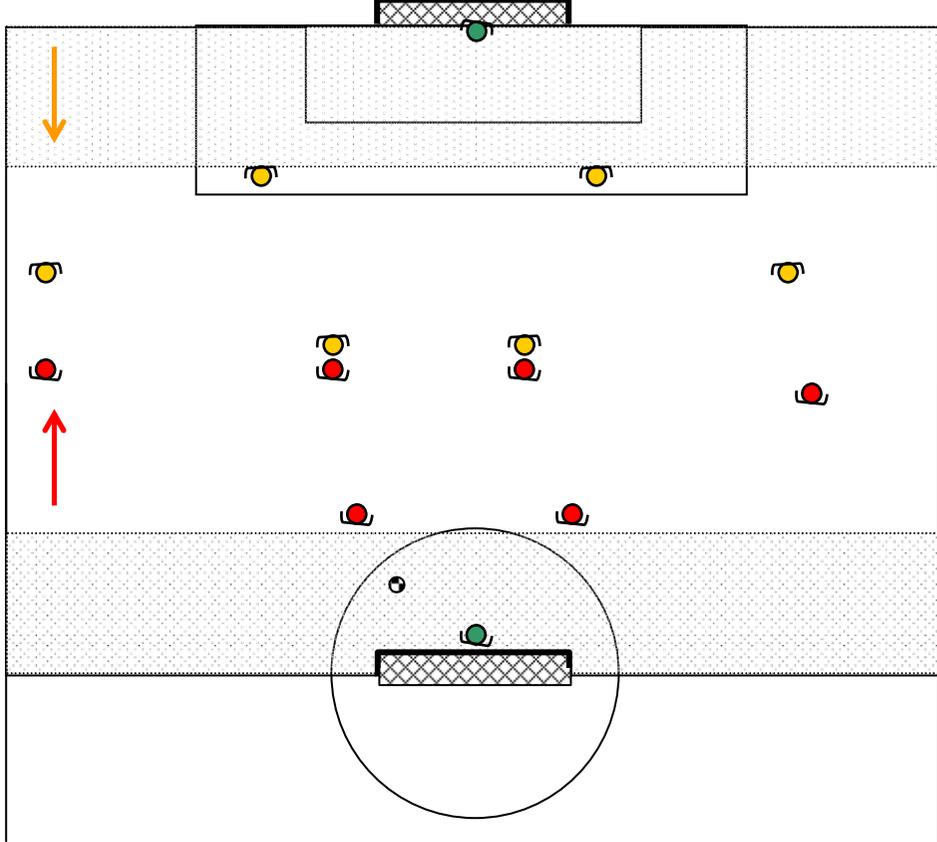
OBJECTIF	SCHEMA		CONSIGNES	MATERIEL
Thème :		N° Séance :		
<p>N° : 015J</p> <p>JEU COLLECTIF</p> <p>Amélioration spécifique avec support tactique collectif</p> <p><i>Déséquilibre de la défense, fixation pour renversement</i></p> <p><u>Objectifs du jeu d'application :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Fixer un espace pour jouer sur un autre - Faire un maximum de « stop jeu » pour mise en place de stratégies et correction des attitudes <p>Durée : 25 min</p>			<p>CONSIGNES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Sur un 1/2 terrain de foot à 11 avec les règles du foot à 11 ➤ Jeu à 8 contre 8 + 4 gardiens ➤ Tracer une ligne médiane dans le sens de la longueur et de la largeur du terrain ➤ Chaque but est gardé par un gardien ➤ Touches de balle libre, trois puis deux touches ➤ But marqué sur passe du côté opposé : 2 points ➤ But marqué dans le but : 1 point ➤ Mise en place sur les situations arrêtées de stratégies <p>REMARQUES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ☐ Obliger les joueurs à fixer un objectif pour utiliser celui-ci comme fausse piste. 	<p>Maximum de Ballons</p> <p>Assiettes</p> <p>2 couleurs de chasubles</p> <p>4 buts de foot à 11</p>

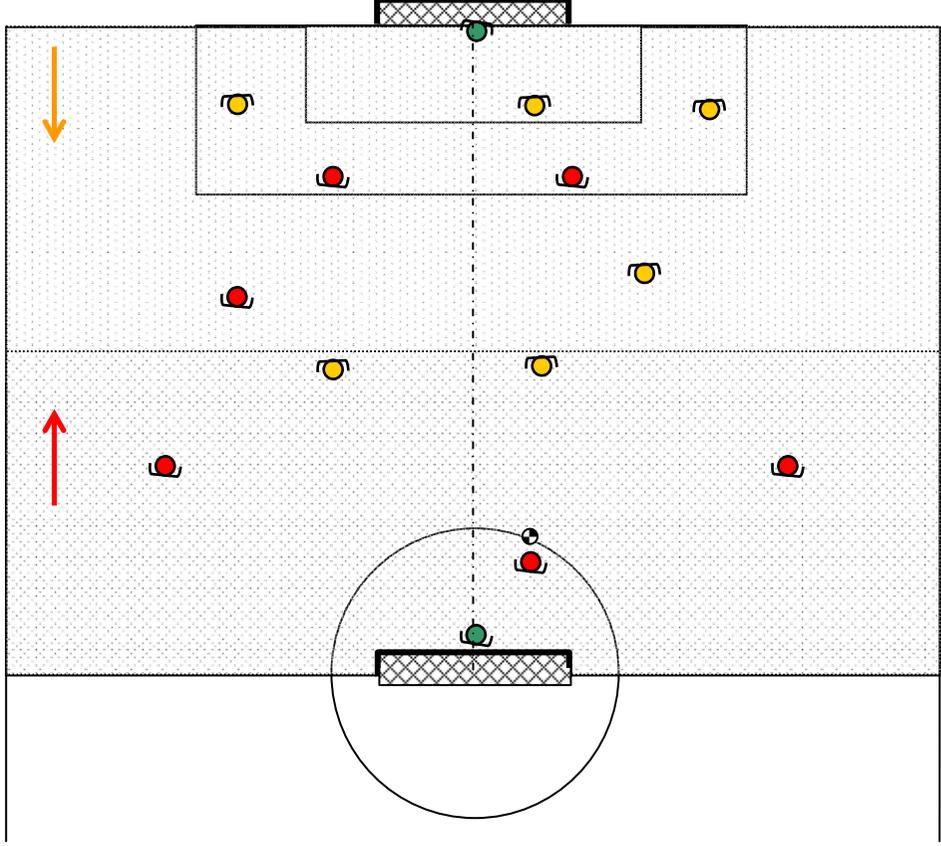
OBJECTIF	SCHEMA		CONSIGNES	MATERIEL
Thème :		N° Séance :		
<p>N° : 016J</p> <p>JEU COLLECTIF</p> <p>Amélioration spécifique avec support tactique collectif</p> <p><i>Déséquilibre de la défense, fixation pour renversement</i></p> <p><u>Objectifs du jeu d'application :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Fixer un espace pour jouer sur un autre - Faire un maximum de « stop jeu » pour mise en place de stratégies et correction des attitudes <p>Durée : 25 min</p>			<p>CONSIGNES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Sur un ¾ de terrain de foot à 11 + 2 gardiens ➤ Jeu à 7 contre 7 avec les règles du foot à 11 ➤ Tracer une ligne médiane dans le sens de la longueur du terrain ➤ Chaque but est gardé par un gardien ➤ Touches de balle libre, trois puis deux touches ➤ But marqué sur passe du côté opposé : 2 points ➤ But marqué dans le but : 1 point ➤ Mise en place sur les situations arrêtées de stratégies <p>REMARQUES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Obliger les joueurs à fixer un objectif pour utiliser celui-ci comme fausse piste. 	<p>Maximum de Ballons</p> <p>Assiettes</p> <p>2 couleurs de chasubles</p> <p>2 buts de foot à 11</p>

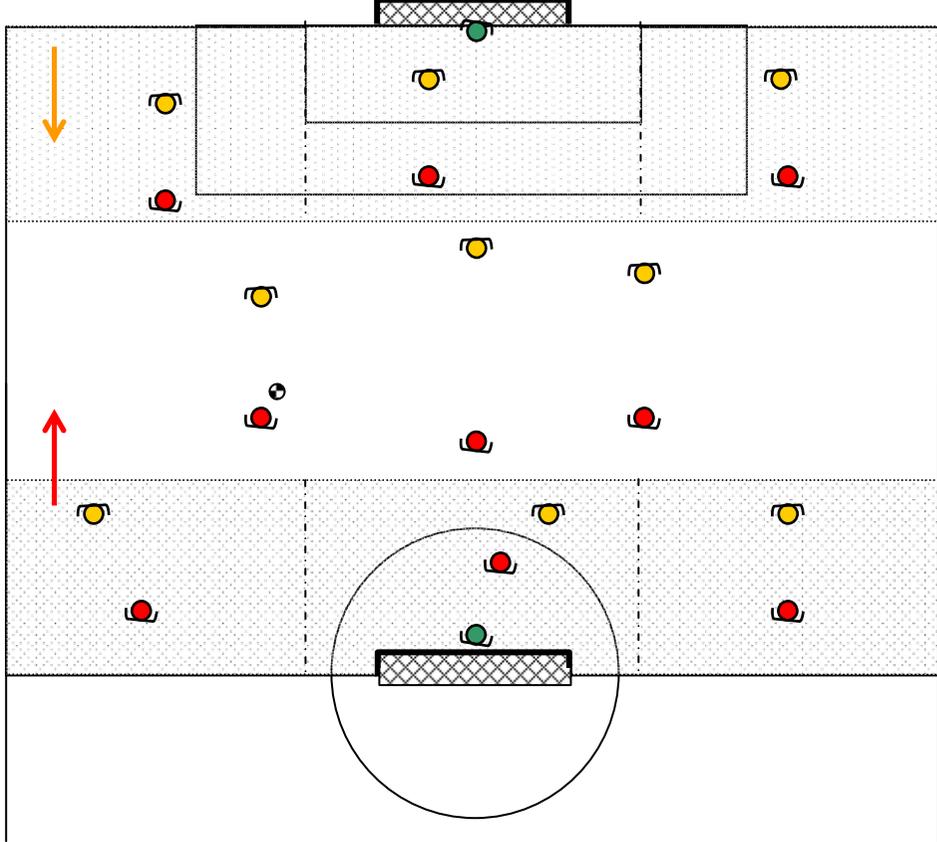
OBJECTIF	SCHEMA		CONSIGNES	MATERIEL
Thème :		N° Séance :		
<p>N° : 017J</p> <p>JEU COLLECTIF</p> <p>Amélioration spécifique avec support tactique collectif</p> <p><i>Déséquilibre de la défense, fixation pour renversement</i></p> <p><u>Objectifs du jeu d'application :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Fixer un espace pour jouer sur un autre - Faire un maximum de « stop jeu » pour mise en place de stratégies et correction des attitudes <p>Durée : 25 min</p>			<p>CONSIGNES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Sur un 1/2 terrain de foot à 11 + 2 gardiens ➤ Jeu à 7 contre 7 avec les règles du foot à 11 ➤ Tracer deux lignes dans le sens de la longueur du terrain ➤ Les trois zones ont la même largeur. ➤ Chaque but est gardé par un gardien ➤ Touches de balle libre, trois puis deux touches ➤ But marqué sur passe du côté opposé : 2 points ➤ But marqué dans le but : 1 point ➤ Mise en place sur les situations arrêtées de stratégies <p>REMARQUES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Obliger les joueurs à fixer un objectif pour utiliser celui-ci comme fausse piste. 	<p>Maximum de Ballons</p> <p>Assiettes</p> <p>2 couleurs de chasubles</p> <p>2 buts de foot à 11</p>

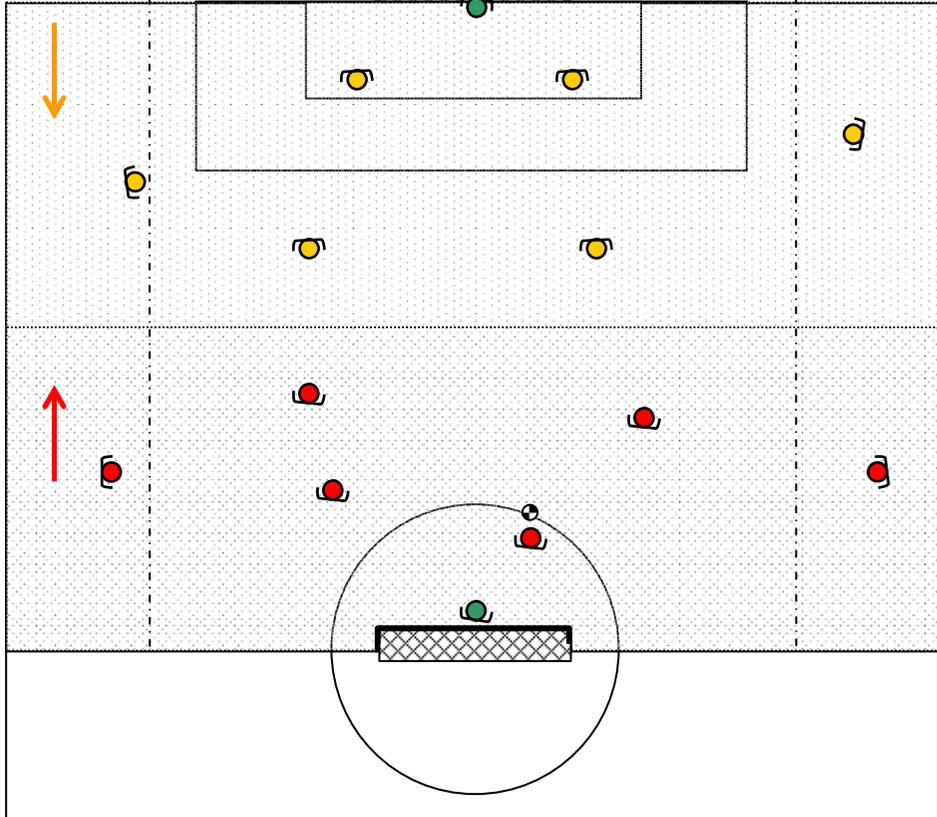
OBJECTIF	SCHEMA		CONSIGNES	MATERIEL
Thème :		N° Séance :		
<p>N° : 019J</p> <p>JEU COLLECTIF</p> <p>Amélioration spécifique avec support tactique collectif</p> <p><i>Déséquilibre de la défense, fixation pour renversement</i></p> <p><u>Objectifs du jeu d'application :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Fixer un espace pour jouer sur un autre - Faire un maximum de « stop jeu » pour mise en place de stratégies et correction des attitudes <p>Durée : 25 min</p>			<p>CONSIGNES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Sur un 1/2 terrain de foot à 11 + 2 gardiens ➤ Jeu à 7 contre 7 avec les règles du foot à 11 ➤ Tracer une ligne dans le sens de la longueur et de la largeur du terrain ➤ Chaque but est gardé par un gardien ➤ Touches de balle libre, trois puis deux touches ➤ But marqué sur passe d'une zone défensive opposée : 2 points ➤ But marqué dans le but : 1 point ➤ Mise en place sur les situations arrêtées de stratégies <p>REMARQUES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Obliger les joueurs à fixer un objectif pour utiliser celui-ci comme fausse piste. 	<p>Maximum de Ballons</p> <p>Assiettes</p> <p>2 couleurs de chasubles</p> <p>2 buts de foot à 11</p>

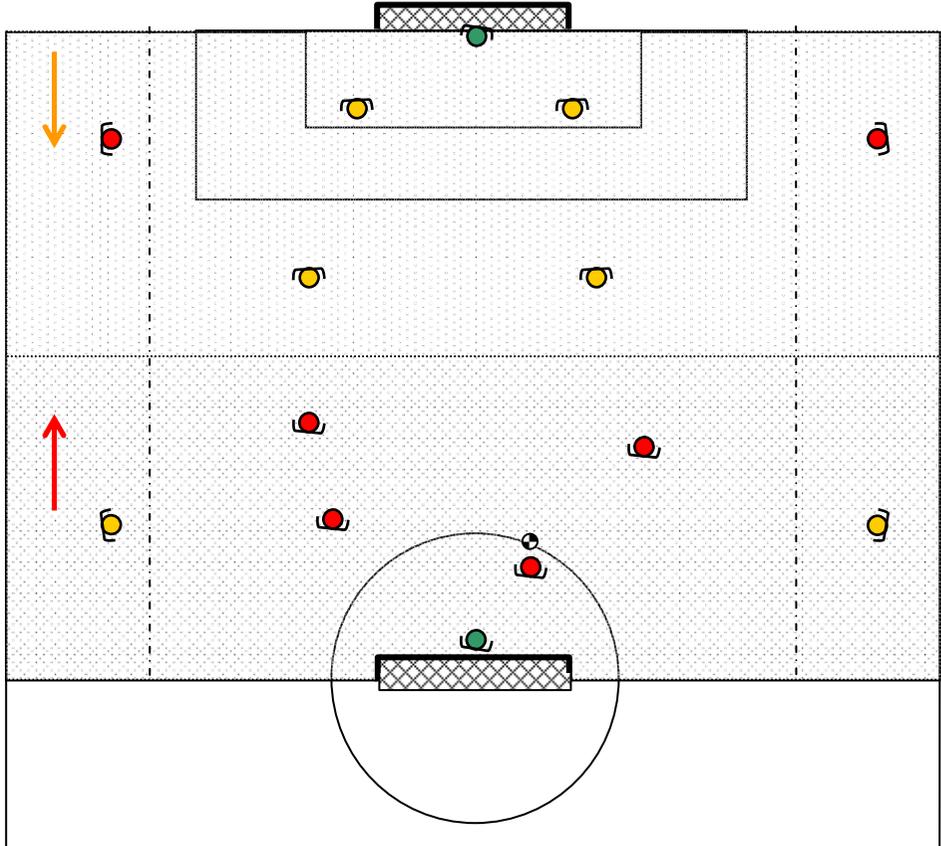
OBJECTIF	SCHEMA	CONSIGNES	MATERIEL
Thème : N° : 020J JEU COLLECTIF Amélioration spécifique avec support tactique collectif <i>Gestion défensive en infériorité numérique</i> <u>Objectifs du jeu d'application :</u> <ul style="list-style-type: none"> - Le défenseur ne doit pas se jeter, et doit pousser les attaquants à la faute - Le défenseur doit jouer l'interception - Il doit gagner le ballon - Utiliser le hors jeu - Faire un maximum de « stop jeu » pour mise en place de stratégies et correction des attitudes Durée : 25 min		N° Séance :	
		CONSIGNES : <ul style="list-style-type: none"> ➤ Sur un 1/2 terrain de foot à 11 + 2 gardiens ➤ Jeu à 10 contre 10 avec les règles du foot à 11 ➤ Tracer deux lignes dans le sens de la largeur du terrain ➤ La zone du milieu étant plus large que les autres ➤ Tracer une ligne médiane dans chaque partie défensive. ➤ 2 contre 1 dans chaque partie défensive et 3 contre 3 au milieu ➤ Interdiction de changer de zone ➤ Chaque but est gardé par un gardien ➤ Touches de balle libre, trois puis deux touches ➤ Mise en place sur les situations arrêtées de stratégies REMARQUES : <ul style="list-style-type: none"> ☐ Le défenseur doit enfermer et isoler, par son positionnement, le porteur du ballon pour le récupérer plus facilement 	Maximum de Ballons Assiettes 2 couleurs de chasubles 2 buts de foot à 11

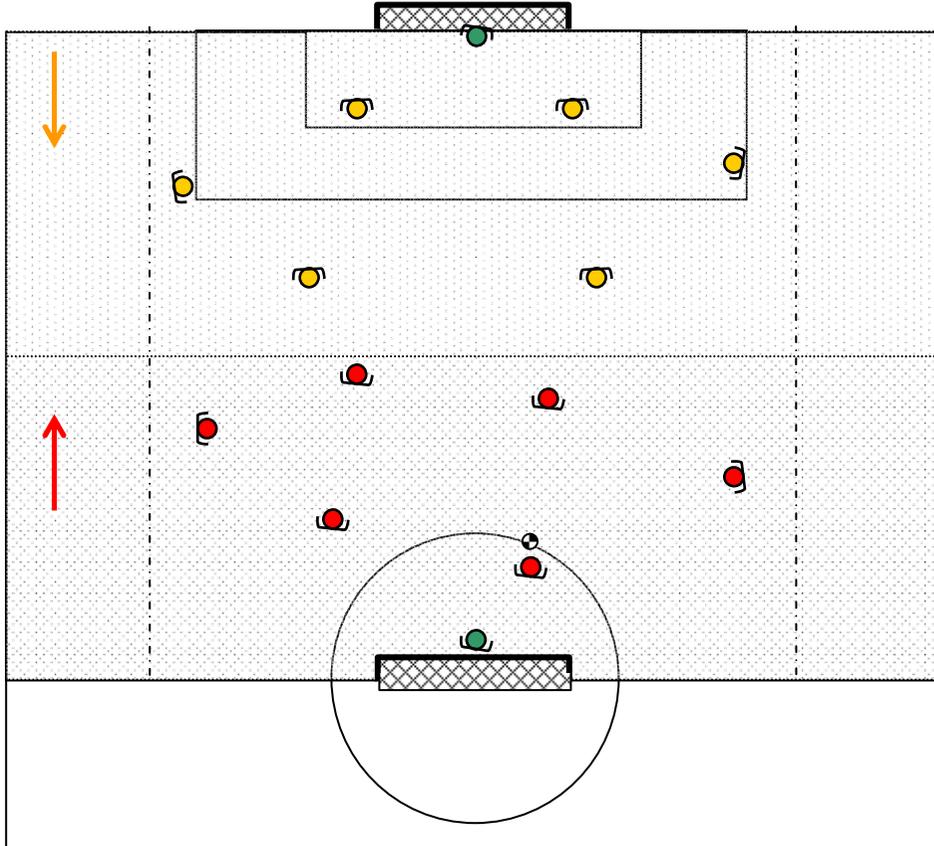
OBJECTIF	SCHEMA		CONSIGNES	MATERIEL
Thème :		N° Séance :		
<p>N° : 021J</p> <p>JEU COLLECTIF</p> <p>Amélioration spécifique avec support tactique collectif</p> <p><i>Déséquilibre de la défense et attaque rapide</i></p> <p><u>Objectifs du jeu d'application :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Aller de l'avant - Prendre l'espace libre en attaque pour rechercher une situation de finition en supériorité numérique - Utiliser le hors jeu - Faire un maximum de « stop jeu » pour mise en place de stratégies et correction des attitudes <p>Durée : 25 min</p>			<p>CONSIGNES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Sur un 1/2 terrain de foot à 11 + 2 gardiens ➤ Jeu à 7 contre 7 avec les règles du foot à 11 ➤ Tracer une zone de finition de 13 m sur toute la largeur devant chaque but. ➤ Ne peuvent pénétrer en situation de finition, dans la zone, qu'un joueur sur un appel de balle et son partenaire qui lui fait la passe. ➤ Les joueurs ont trois passes et deux touches de balle maximum pour marquer ➤ Compter le hors jeu à partir de la zone de finition ➤ Dès que le gardien touche le ballon, la situation est terminée ➤ Relance du gardien libre ➤ Mise en place sur les situations arrêtées de stratégies <p>VARIANTE :</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Mettre un joueur « pivot » de chaque équipe, en situation de finition, dans la zone et le changer toutes les 3 minutes ➤ Seul le partenaire qui fait la passe à son pivot et un défenseur, peuvent pénétrer dans la zone ➤ Dès que le « pivot » touche le ballon compter le hors jeu ➤ Dès qu'un adversaire touche le ballon, la situation est terminée <p>REMARQUES :</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Etre exigeant sur la qualité du geste <input type="checkbox"/> Faire respecter le geste travaillé 	<p>Maximum de Ballons</p> <p>Assiettes</p> <p>2 couleurs de chasubles</p> <p>2 buts de foot à 11</p>

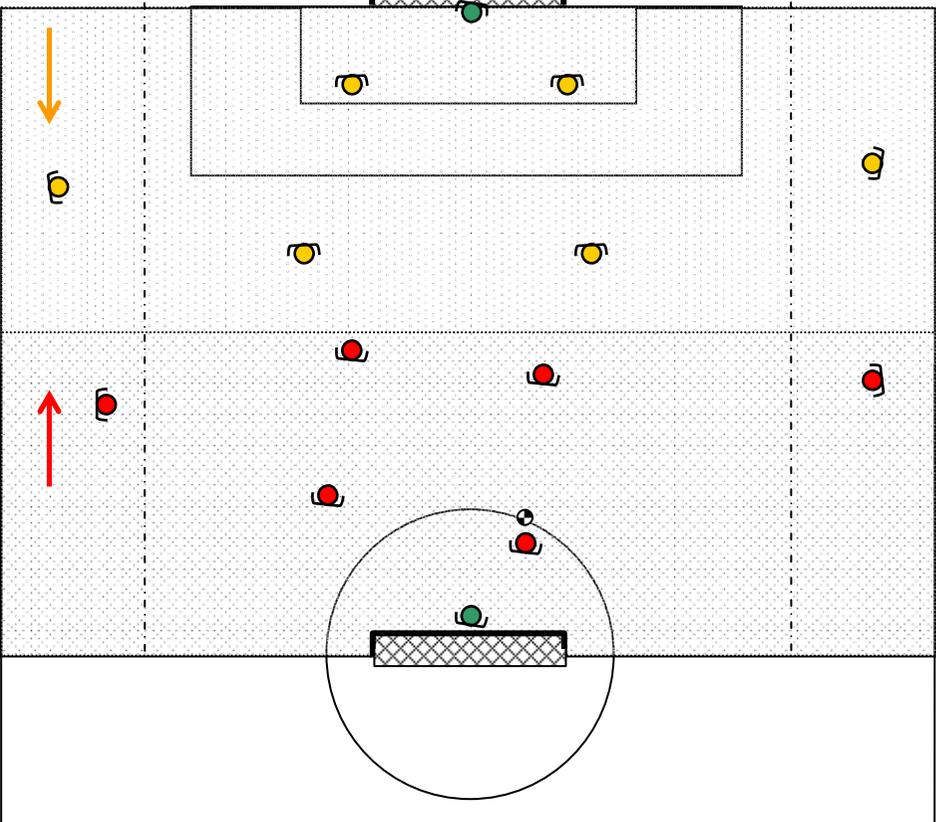
OBJECTIF	SCHEMA		CONSIGNES	MATERIEL
Thème :		N° Séance :		
<p>N° : 022J</p> <p>JEU COLLECTIF</p> <p>Amélioration spécifique avec support tactique collectif</p> <p><i>Conservation du ballon si pas de déséquilibre attaque placée</i></p> <p><u>Objectifs du jeu d'application :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Aider son partenaire porteur du ballon, en étant en soutien dans la partie défensive. - Faire un maximum de « stop jeu » pour mise en place de stratégies et correction des attitudes <p>Durée : 25 min</p>			<p><u>CONSIGNES :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Sur un 1/2 terrain de foot à 11 + 2 gardiens ➤ Jeu à 7 contre 7 avec les règles du foot à 11 ➤ Tracer une ligne dans le sens de la longueur et de la largeur du terrain ➤ En situation offensive, dans la partie offensive : il doit, au moins, y avoir un joueur de l'équipe qui attaque dans chaque zone défensive ➤ Si un ou des joueurs d'une équipe manquent : penalty ➤ Touches de balle libre, trois puis deux touches ➤ But marqué après cinq passes : deux points ➤ But marqué en moins de cinq passes : 1 point ➤ Mise en place sur les situations arrêtées de stratégies <p><u>REMARQUES :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Obliger les joueurs à solliciter le soutien. <input type="checkbox"/> Obliger les joueurs à se parler pour se conseiller sur le meilleur choix d'attaque 	<p>Maximum de Ballons</p> <p>Assiettes</p> <p>2 couleurs de chasubles</p> <p>2 buts de foot à 11</p>

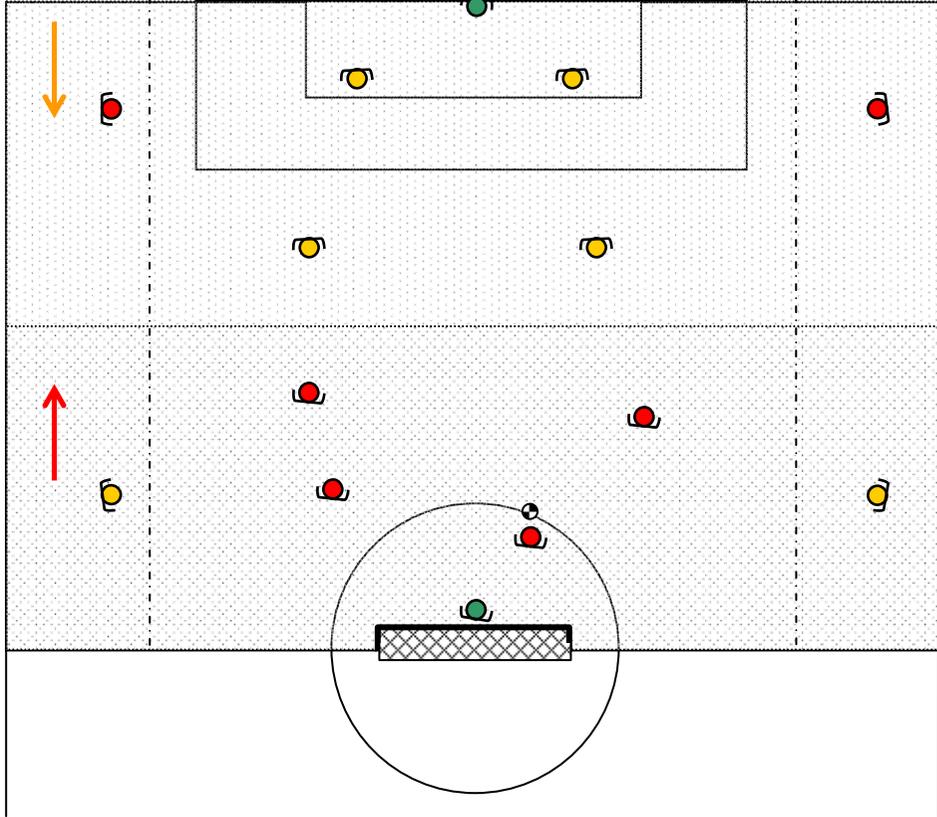
OBJECTIF	SCHEMA		CONSIGNES	MATERIEL
Thème :		N° Séance :		
<p>N° : 023J</p> <p>JEU COLLECTIF</p> <p>Amélioration spécifique avec support tactique collectif</p> <p><i>Gestion offensive en supériorité numérique</i></p> <p><u>Objectifs du jeu d'application :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Déséquilibrer l'adversaire en jouant un 2 contre 1 - Déplacement et remplacement - Aider le porteur du ballon - Faire un maximum de « stop jeu » pour mise en place de stratégies et correction des attitudes <p>Durée : 25 min</p>			<p>CONSIGNES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Sur un 1/2 terrain de foot à 11 + 2 gardiens ➤ Jeu à 10 contre 10 avec les règles du foot à 11 ➤ Tracer deux lignes dans le sens de la largeur du terrain ➤ La zone du milieu étant plus large que les autres ➤ Tracer deux lignes médianes dans chaque partie défensive. ➤ 1 contre 1 dans chaque partie défensive et 3 contre 3 au milieu ➤ Interdiction de changer de zone sauf sur passe d'un partenaire ➤ Dès la perte du ballon remplacement dans sa zone ➤ Chaque but est gardé par un gardien ➤ Touches de balle libre, trois puis deux touches ➤ Mise en place sur les situations arrêtées de stratégies <p>REMARQUES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Obliger les joueurs non porteurs du ballon à faire des appels ❑ Obliger le passeur à venir rapidement aider son partenaire 	<p>Maximum de Ballons</p> <p>Assiettes</p> <p>2 couleurs de chasubles</p> <p>2 buts de foot à 11</p>

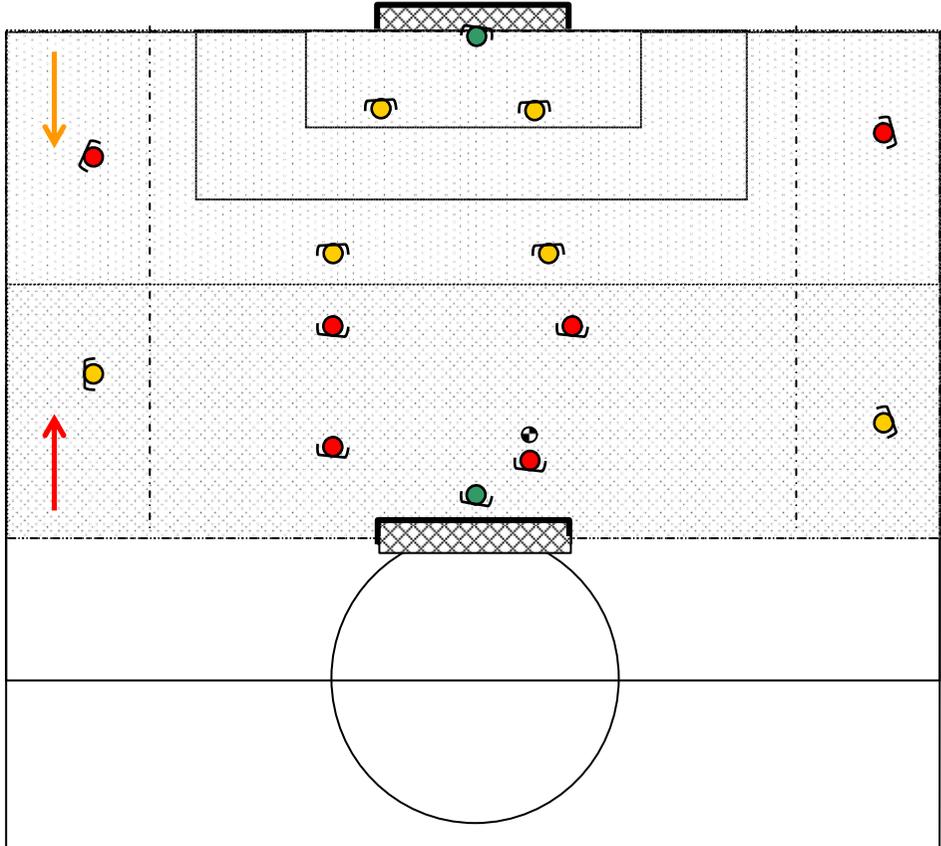
OBJECTIF	SCHEMA		CONSIGNES	MATERIEL
Thème :		N° Séance :		
<p>N° : 024J</p> <p>JEU COLLECTIF</p> <p>Amélioration spécifique avec support tactique collectif</p> <p><i>Conservation du ballon, si pas de déséquilibre attaque placée</i></p> <p><u>Objectifs du jeu d'application :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Utiliser la supériorité numérique dans la partie défensive pour mieux relancer. <p>Durée : 25 min</p>			<p>CONSIGNES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Jeu en 7 contre 7 sur ¾ d'un terrain en longueur, avec deux buts de foot à 11 ❑ Règles foot à 11 ❑ Tracer une zone de 10 à 15 m sur toute la longueur des lignes de touche dans la partie défensive de chaque équipe. ❑ Mettre un joueur « joker », de chaque équipe, dans les deux zones couloirs de leur partie défensive et les changer toutes les 3 minutes ❑ Pour que l'un des « joker » rentre en jeu, un partenaire doit lui faire une passe de la zone axiale de sa partie défensive. ❑ Dès la perte du ballon par l'équipe, les jokers reviennent à leur place. ❑ But marqué après cinq passes : 2 points ❑ But marqués en moins de cinq passes : 1 point. ❑ Le joueur peut sortir de sa zone après avoir reçu le ballon et aucun joueur ne peut défendre sur lui, sauf le gardien. ❑ Les « jokers » dans les couloirs ont trois de balle maximum. Jeu libre dans les parties axiales. ❑ Mise en place sur les situations arrêtées de stratégies. <p>REMARQUES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Obliger les joueurs à faire une passe, dès que possible aux « jokers » 	<p>Maximum de Ballons</p> <p>Assiettes</p> <p>2 couleurs de chasubles</p> <p>2 buts de foot à 11</p>

OBJECTIF	SCHEMA		CONSIGNES	MATERIEL
Thème :		N° Séance :		
<p>N° : 025J</p> <p>JEU COLLECTIF</p> <p>Amélioration spécifique avec support tactique collectif</p> <p><i>Conservation du ballon, si pas de déséquilibre attaque placée</i></p> <p><u>Objectifs du jeu d'application :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Utiliser la supériorité numérique dans la partie offensive pour conserver et mieux déséquilibrer l'adversaire. - Faire un maximum de « stop jeu » pour mise en place de stratégies et correction des attitudes <p>Durée : 25 min</p>			<p>CONSIGNES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Jeu en 7 contre 7 sur ¾ d'un terrain en longueur, avec deux buts de foot à 11 ❑ Règles foot à 11 ❑ Tracer une zone de 10 à 15 m sur toute la longueur des lignes de touche dans la partie offensive de chaque équipe. ❑ Mettre un joueur « joker », de chaque équipe, dans les deux zones couloirs de leur partie offensive et les changer toutes les 3 minutes ❑ Pour que l'un des « joker » rentre en jeu, un partenaire doit lui faire une passe de la zone axiale de sa partie offensive. ❑ Dès la perte du ballon par l'équipe, les jokers reviennent à leur place. ❑ But marqué après cinq passes : 2 points ❑ But marqués en moins de cinq passes : 1 point. ❑ Les « jokers » dans les couloirs ont trois de balle maximum. Jeu libre dans les parties axiales. ❑ Mise en place sur les situations arrêtées de stratégies. <p>REMARQUES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Obliger les joueurs à faire une passe, dès que possible aux « jokers » 	<p>Maximum de Ballons</p> <p>Assiettes</p> <p>2 couleurs de chasubles</p> <p>2 buts de foot à 11</p>

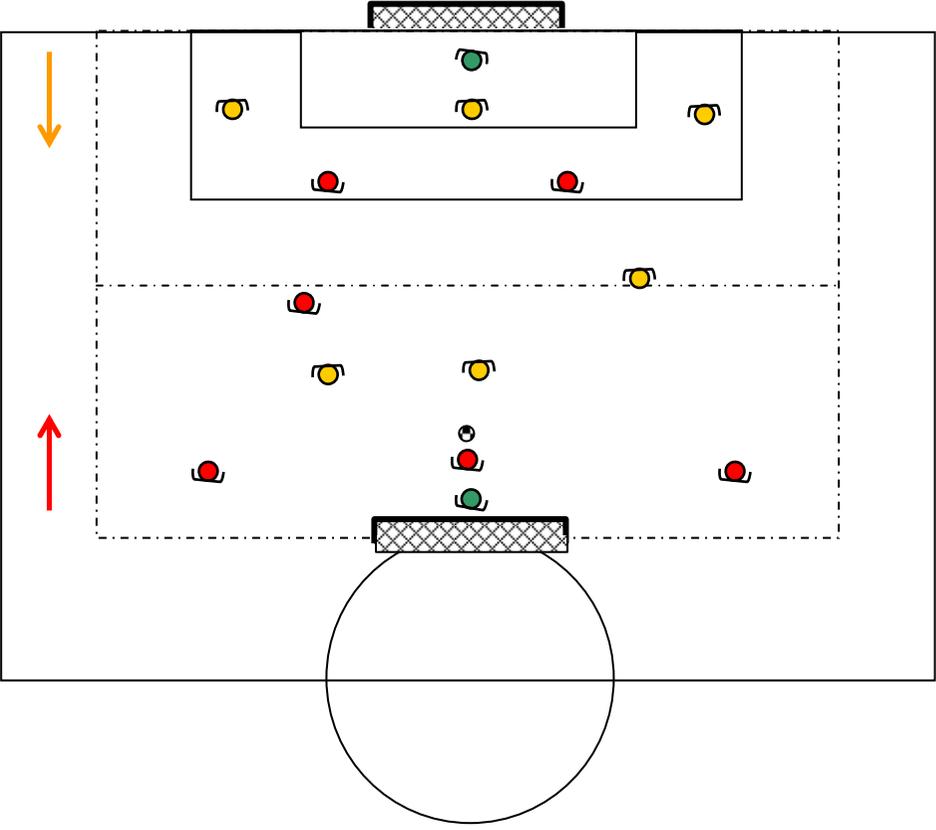
OBJECTIF	SCHEMA		CONSIGNES	MATERIEL
Thème :		N° Séance :		
<p>N° : 026J</p> <p>JEU COLLECTIF</p> <p>Amélioration spécifique avec support tactique collectif</p> <p><i>Déséquilibre de la défense, utilisation des couloirs</i></p> <p><u>Objectifs du jeu d'application :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Prendre l'espace libre sur les côtés en attaque pour rechercher une situation de centre - Faire un maximum de « stop jeu » pour mise en place de stratégies et correction des attitudes <p>Durée : 25 min</p>			<p>CONSIGNES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Jeu en 7 contre 7 sur ¾ d'un terrain en longueur, avec deux buts de foot à 11 ❑ Règles foot à 11 mais pas de hors jeu ni de corner ❑ Tracer une zone de 10 à 15 m sur toute la longueur des lignes de touche dans la partie offensive de chaque équipe. ❑ Ne peut pénétrer qu'un seul joueur dans une zone, latérale, de sa partie offensive et sur une conduite de balle ❑ Deux touches de balle dans les zones latérales pour centrer ❑ Mise en place sur les situations arrêtées de stratégies. <p>VARIANTE :</p> <ul style="list-style-type: none"> ➢ Mettre un joueur « pivot » de chaque équipe, dans les deux zones de leur partie offensive et les changer toutes les 3 minutes ➢ Les pivots ont trois touches de balle pour centrer et aucun autre joueur ne peut pénétrer dans les zones latérales ➢ Dès que le « pivot » touche le ballon compter le hors jeu <p>REMARQUES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Matérialiser avec une couleur différente chaque zone équipe. ❑ Obliger les joueurs à aller le plus rapidement possible dans une zone 	<p>Maximum de Ballons</p> <p>Assiettes</p> <p>2 couleurs de chasubles</p> <p>2 buts de foot à 11</p>

OBJECTIF	SCHEMA		CONSIGNES	MATERIEL
Thème :		N° Séance :		
<p>N° : 027J</p> <p>JEU COLLECTIF</p> <p>Amélioration spécifique avec support tactique collectif</p> <p><i>Déséquilibre de la défense, utilisation des couloirs</i></p> <p><u>Objectifs du jeu d'application :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Donner sur les côtés à un joueur en attque pour rechercher une situation de frappe. - Faire un maximum de « stop jeu » pour mise en place de stratégies et correction des attitudes <p>Durée : 25 min</p>			<p>CONSIGNES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Jeu en 7 contre 7 sur ½ terrain en longueur, avec deux buts de foot à 11 ❑ Règles foot à 11 mais pas de hors jeu ni de corner ❑ Tracer une zone de 10 m sur toute la longueur des lignes de touche dans la partie défensive de chaque équipe. ❑ Mettre un joueur « joker » de chaque équipe, dans les deux zones de leur partie défensive et les changer toutes les 3 minutes ❑ Dès qu'un « joker » reçoit une passe il peut aller dans la zone latérale de son adversaire avec le partenaire qui lui a fait la passe et joueur un 2 contre 1 ❑ Si l'adversaire récupère le ballon, les deux attaquants reviennent dans leurs zones initiales ❑ Mise en place sur les situations arrêtées de stratégies. <p>VARIANTE :</p> <ul style="list-style-type: none"> ➢ Mettre le joueur « joker » de chaque équipe, dans les deux zones de leur partie offensive et les changer toutes les 3 minutes ➢ Les « joker » ont deux touches de balles pour centrer, passer ou marquer aucun autre joueur ne peut pénétrer dans les zones latérales. ➢ « le joker » peut sortir de sa zone après avoir reçu le ballon et aucun joueur ne peut défendre sur lui sauf le gardien. ➢ Mise en place sur les situations arrêtées de stratégies. <p>REMARQUES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Matérialiser avec une couleur différente chaque zone équipe. ❑ Obliger les joueurs à aller le plus rapidement possible dans une zone 	<p>Maximum de Ballons</p> <p>Assiettes</p> <p>2 couleurs de chasubles</p> <p>2 buts de foot à 11</p>

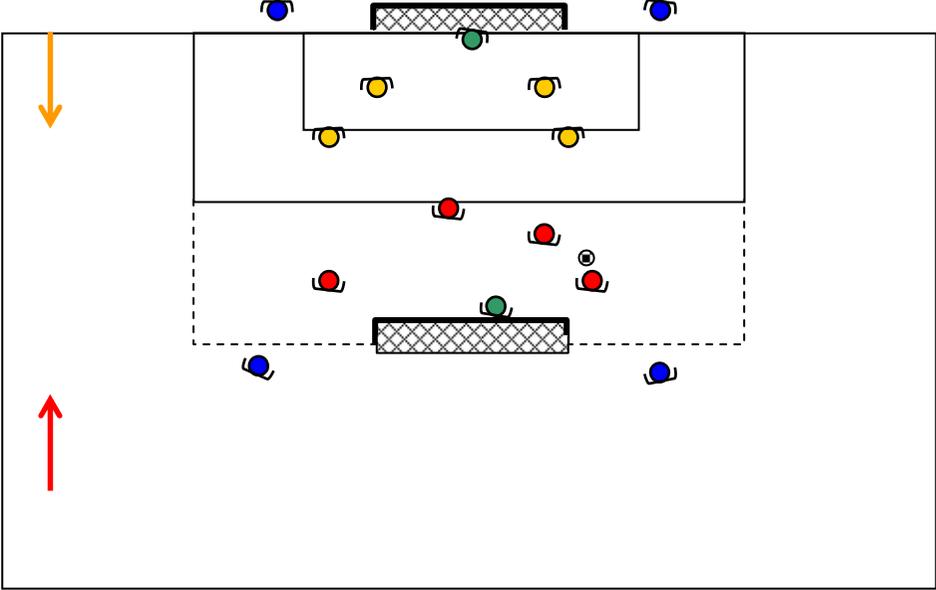
OBJECTIF	SCHEMA		CONSIGNES	MATERIEL
Thème :		N° Séance :		
<p>N° : 028J</p> <p>JEU COLLECTIF</p> <p>Amélioration spécifique avec support tactique collectif</p> <p><i>Conservation du ballon, si pas de déséquilibre attaque placée</i></p> <p><u>Objectifs du jeu d'application :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Utiliser la supériorité numérique dans la partie offensive pour conserver et mieux déséquilibrer l'adversaire. - Faire un maximum de « stop jeu » pour mise en place de stratégies et correction des attitudes <p>Durée : 25 min</p>			<p>CONSIGNES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Jeu en 7 contre 7 sur ½ terrain en longueur, avec deux buts de foot à 11 ❑ Règles foot à 11 ❑ Tracer une zone de 10 à 15 m sur toute la longueur des lignes de touche dans la partie offensive de chaque équipe. ❑ Mettre un joueur « joker », de chaque équipe, dans les deux zones couloirs de leur partie offensive et les changer toutes les 3 minutes ❑ Pour que l'un des « joker » rentre en jeu, un partenaire doit lui faire une passe de la zone axiale de sa partie offensive. ❑ Dès la perte du ballon par l'équipe, les jokers reviennent à leur place. ❑ But marqué après cinq passes : 2 points ❑ But marqués en moins de cinq passes : 1 point. ❑ Les « jokers » dans les couloirs ont trois de balle maximum. Jeu libre dans les parties axiales. ❑ Mise en place sur les situations arrêtées de stratégies. <p>REMARQUES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Obliger les joueurs à faire une passe, dès que possible aux « jokers » 	<p>Maximum de Ballons</p> <p>Assiettes</p> <p>2 couleurs de chasubles</p> <p>2 buts de foot à 11</p>

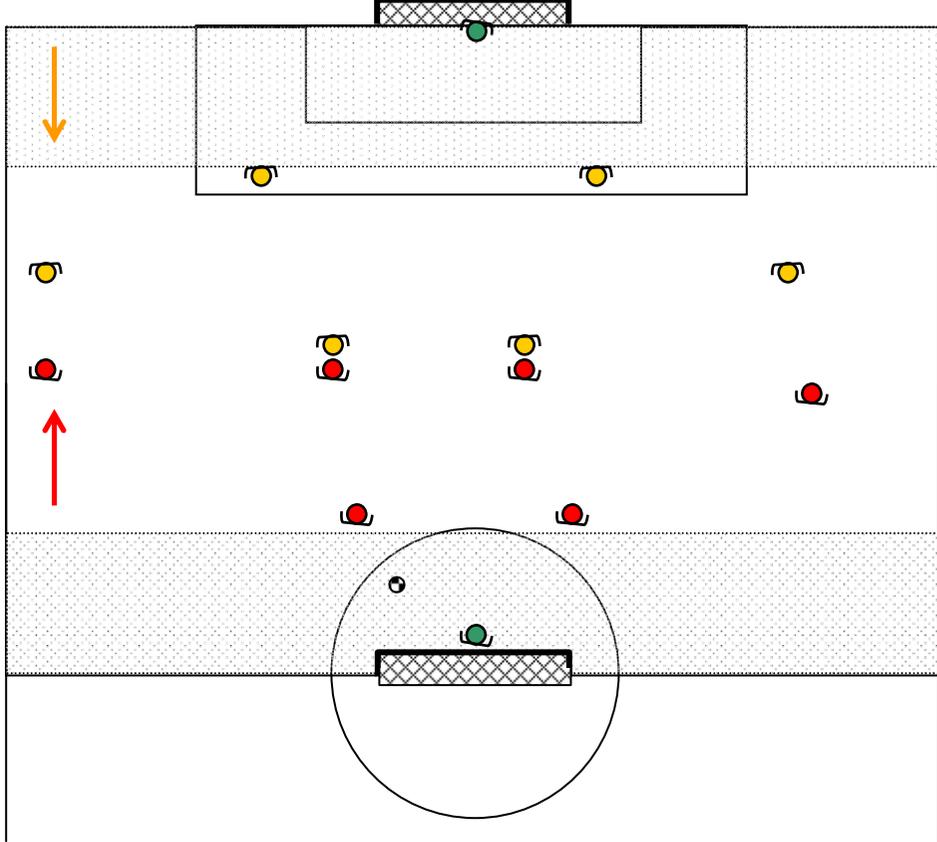
OBJECTIF	SCHEMA		CONSIGNES	MATERIEL
Thème :		N° Séance :		
<p>N° : 029J</p> <p>JEU COLLECTIF</p> <p>Amélioration spécifique avec support tactique collectif</p> <p><i>Volée et 1/2 volée</i></p> <p><u>Objectifs du jeu d'application :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Reprise sur centre avec duel - Faire un maximum de « stop jeu » pour mise en place de stratégies et correction des attitudes <p>Durée : 25 min</p>			<p>CONSIGNES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Sur un 3/4 terrain de foot à 11 + 2 gardiens ➤ Jeu à 7 contre 7 avec les règles du foot à 11 ➤ Marquer de volée ou 1/2 volée ➤ Tracer une zone de 5 mètres sur toute la longueur des lignes de touche dans la partie offensive de chaque équipe. ➤ Mettre un joueur « pivot », de chaque équipe, dans les deux zones de leur partie offensive et les changer toutes les 3 minutes ➤ Les joueurs « pivots » ont deux touches de balle pour centrer et aucun autre joueur ne peut pénétrer dans les zones latérales. ➤ Pas de corner, ni de hors-jeu ➤ Chaque but est gardé par un gardien ➤ Touches de balle libre, trois puis deux touches dans la zone axiale ➤ But marqué de volée ou 1/2 volée : 2 points ➤ But marqué dans le but : 1 point ➤ Mise en place sur les situations arrêtées de stratégies <p>REMARQUES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ☐ Le gardien peut relancer directement sur un « pivot » 	<p>Maximum de Ballons</p> <p>Assiettes</p> <p>2 couleurs de chasubles</p> <p>2 buts de foot à 11</p>

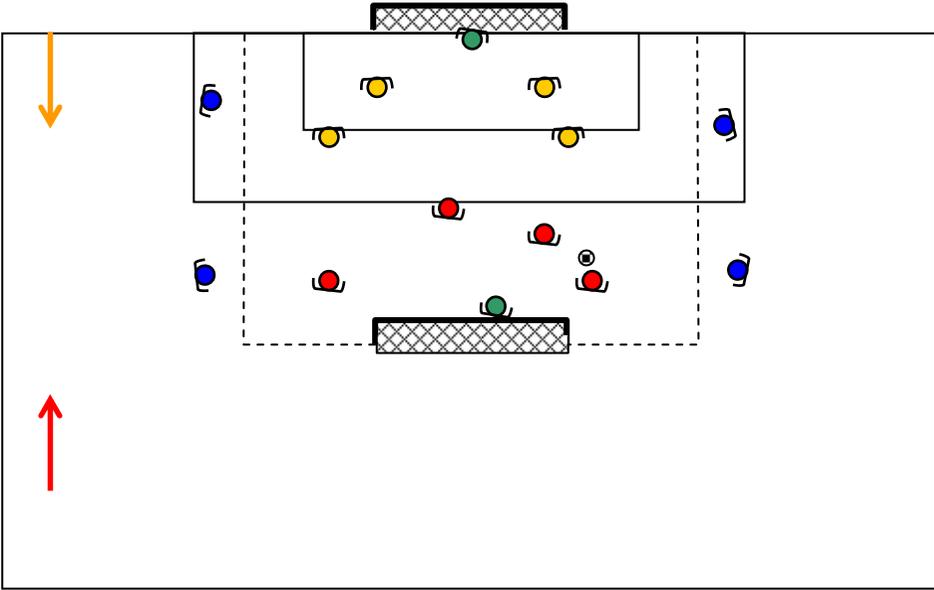
OBJECTIF	SCHEMA	CONSIGNES	MATERIEL
Thème :	N° Séance :		
<p>N° : 030J</p> <p>JEU COLLECTIF</p> <p>Amélioration spécifique avec support tactique collectif</p> <p><i>Conservation du ballon, si pas de déséquilibre attaque placée</i></p> <p><u>Objectifs du jeu d'application :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Aider son partenaire, porteur du ballon, en étant en soutien - Utiliser le soutien pour conserver et déséquilibrer - Faire un maximum de « stop jeu » pour mise en place de stratégies et correction des attitudes <p>Durée : 25 min</p>		<p>CONSIGNES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Sur un 1/2 terrain de foot à 11 + 2 gardiens ➤ Jeu à 7 contre 7 avec les règles du foot à 11 ➤ Tracer une ligne médiane dans le sens de la largeur du terrain ➤ Les trois zones ont la même largeur ➤ Dès qu'un joueur reçoit un ballon en soutien dans sa partie défensive ou dans la zone axiale, il devient joueur « relais » et inattaquable ➤ Trois touches de balle pour le joueur « relais » ➤ But marqué après cinq passes : deux points ➤ But marqué en moins de cinq passes : un point ➤ Mise en place sur les situations arrêtées de stratégies <p>VARIANTE 1:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Dès qu'un joueur reçoit un ballon en soutien venant de sa partie offensive, dans la zone axiale, il devient joueur « relais » et inattaquable ➤ Trois touches de balle pour le joueur « relais » ➤ But marqué après cinq passes : deux points ➤ But marqué en moins de cinq passes : un point ➤ Mise en place sur les situations arrêtées de stratégies <p>VARIANTE 2:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Supprimer les zones et faire un jeu libre ➤ Nommer un joueur « relais » dans chaque équipe qui est inattaquable quand il reçoit le ballon en soutien. ➤ Trois touches de balle pour le joueur « relais » ➤ But marqué après cinq passes : deux points ➤ But marqué en moins de cinq passes : un point ➤ Mise en place sur les situations arrêtées de stratégies <p>REMARQUES :</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Savoir utiliser le soutien pour enchaîner une autre situation <input type="checkbox"/> Obliger le joueur « relais » à enchaîner une situation dans 2 à 3 secondes qui suivent la possession de balle 	<p>Maximum de Ballons</p> <p>Assiettes</p> <p>2 couleurs de chasubles</p> <p>2 buts de foot à 11</p>

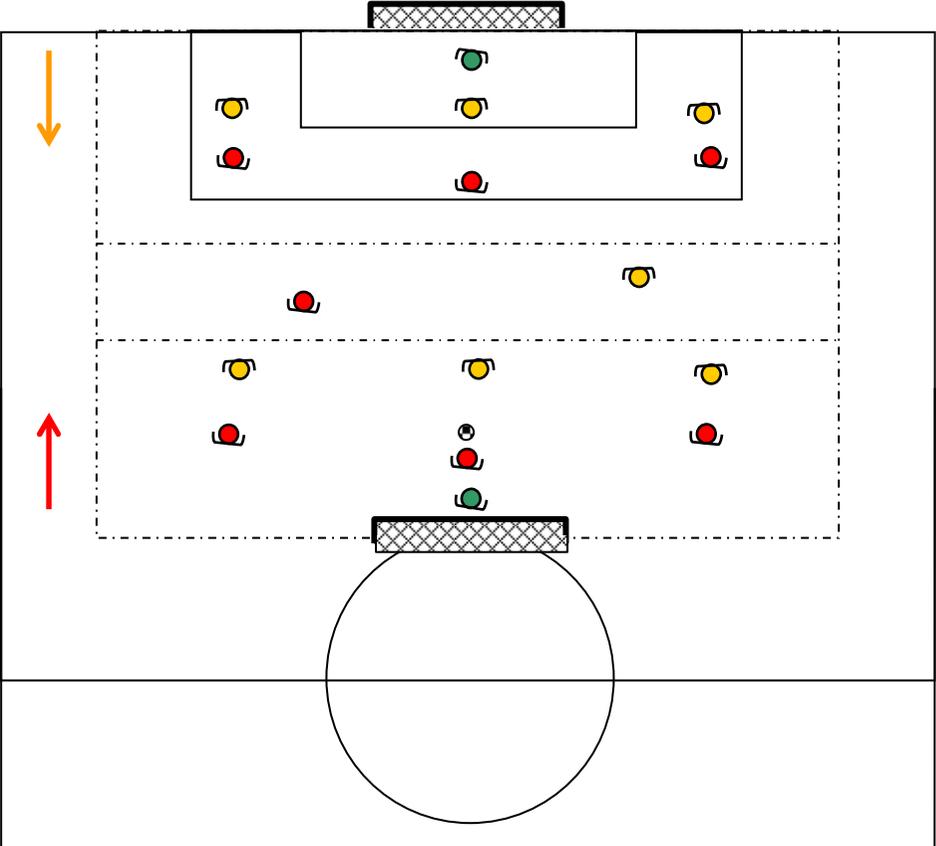
OBJECTIF	SCHEMA		CONSIGNES	MATERIEL
Thème :		N° Séance :		
<p>N° : 031J</p> <p>JEU COLLECTIF</p> <p>Amélioration spécifique avec support tactique collectif</p> <p><i>Conservation du ballon et déséquilibre de l'équipe adverse en provoquant des duels :</i></p> <p><u>Objectifs du jeu d'application :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Prendre des risques en essayant de dribbler et d'aller le plus loin possible avec le ballon - Obliger les joueurs à être toujours en mouvement. <p>Durée : 25 min</p>			<p>CONSIGNES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Sur un ¾ de terrain de foot à 11 + 2 gardiens ➤ Jeu à 7 contre 7 avec les règles du foot à 11 ➤ Tracer une ligne médiane dans le sens de la largeur du terrain ➤ Matérialiser une ligne médiane ➤ Jeu libre dans la partie défensive ➤ Dans la partie offensive, le joueur en possession du ballon essaie d'aller le plus loin possible en conduite de balle et ne peut faire une passe que latéralement ou en retrait (ce qui l'incite à prendre plus de risques) ➤ But marqué après un duel 1 contre 1 gagné : deux points ➤ But marqué sur passe : 1 point <p>REMARQUES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Obliger les joueurs à être toujours en mouvement pour se mettre en position soit de frappe soit de duel 	<p>Maximum de Ballons</p> <p>Assiettes</p> <p>2 couleurs de chasubles</p> <p>2 buts de foot à 11</p>

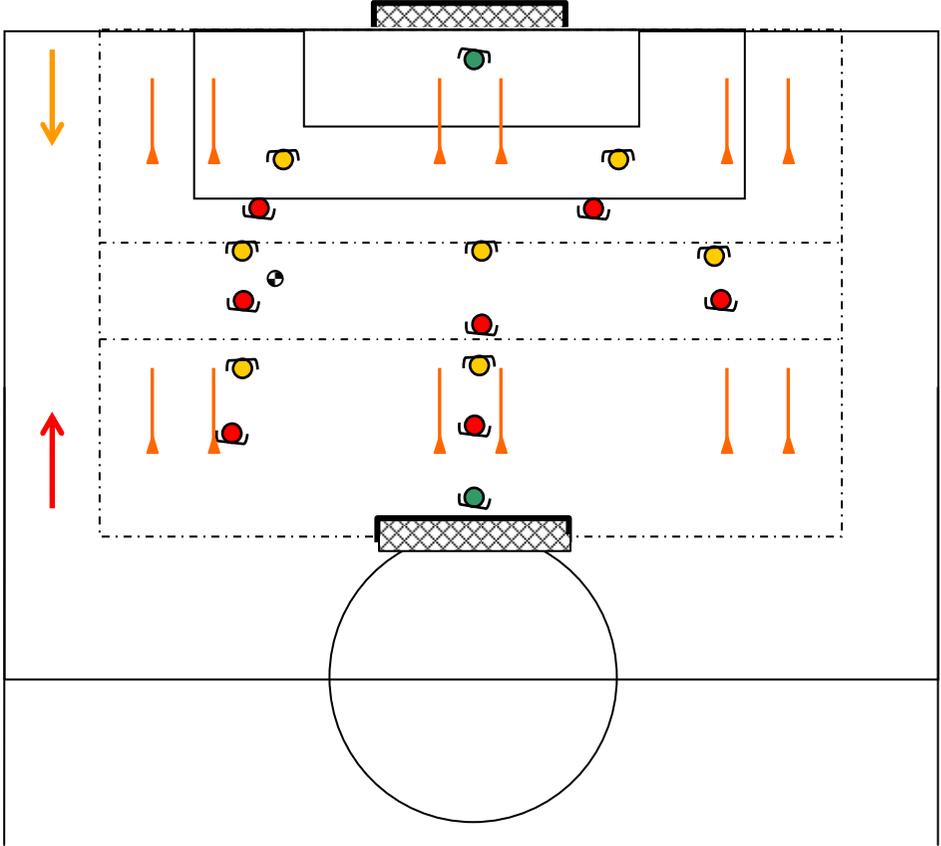
OBJECTIF	SCHEMA	CONSIGNES	MATERIEL
Thème :	N° Séance :		
<p>N° : 032J</p> <p>JEU COLLECTIF</p> <p>Amélioration spécifique avec support tactique collectif</p> <p><i>Gestion offensive en supériorité numérique</i></p> <p><u>Objectifs du jeu d'application :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Déséquilibrer l'adversaire en jouant un 2 contre 1 - Déplacement et remplacement - Aider le porteur du ballon - Faire un maximum de « stop jeu » pour mise en place de stratégies et correction des attitudes <p>Durée : 25 min</p>		<p>CONSIGNES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Sur un 1/2 terrain de foot à 11 + 2 gardiens ➤ Jeu à 7 contre 7 avec les règles du foot à 11 ➤ Tracer deux lignes dans le sens de la largeur du terrain ➤ La zone du milieu étant plus large que les autres ➤ Tracer une ligne médiane dans chaque partie défensive. ➤ 1 contre 1 dans chaque partie défensive et 2 contre 2 au milieu ➤ Le milieu de terrain ayant transmis la balle peut rentrer dans la zone offensive pour apporter le surnombre ➤ Les autres joueurs n'ont pas le droit de changer de zone. ➤ Dès la perte du ballon remplacement dans sa zone ➤ Chaque but est gardé par un gardien ➤ Mise en place sur les situations arrêtées de stratégies <p>VARIANTES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Les attaquants ont la possibilité de croiser leurs courses <p>REMARQUES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Obliger les joueurs non porteurs du ballon à faire des appels ❑ Obliger le passeur à venir rapidement aider son partenaire 	<p>Maximum de Ballons</p> <p>Assiettes</p> <p>2 couleurs de chasubles</p> <p>2 buts de foot à 11</p>

OBJECTIF	SCHEMA		CONSIGNES	MATERIEL
Thème :		N° Séance :		
<p>N°: 033J</p> <p>JEU COLLECTIF</p> <p>Amélioration spécifique avec support tactique collectif</p> <p><u>Jeu à thème aux pieds :</u> Tournoi sur le thème du tir</p> <p>TEMPS : 20 min</p>			<p>CONSIGNES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Faire 3 équipes ❑ Sur un terrain de 30 X 40 m (2 surface de 16,5 m) ❑ Jeu en 4 contre 4 avec 2 gardiens fixes, sous forme de tournoi (l'équipe qui gagne reste sur le terrain l'autre sort) ❑ Les joueurs recherchent à jouer sur les pivots ❑ Les pivots ont 2 touches de balle pour la remettre en jeu. ❑ Libre, 3 touches puis 2 touches dans la zone défensive <p>REMARQUES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Attention à équilibrer les zones de jeu 	<p>Assiettes</p> <p>Ballons</p> <p>Chasubles</p> <p>Cônes</p> <p>1 but amovible</p>

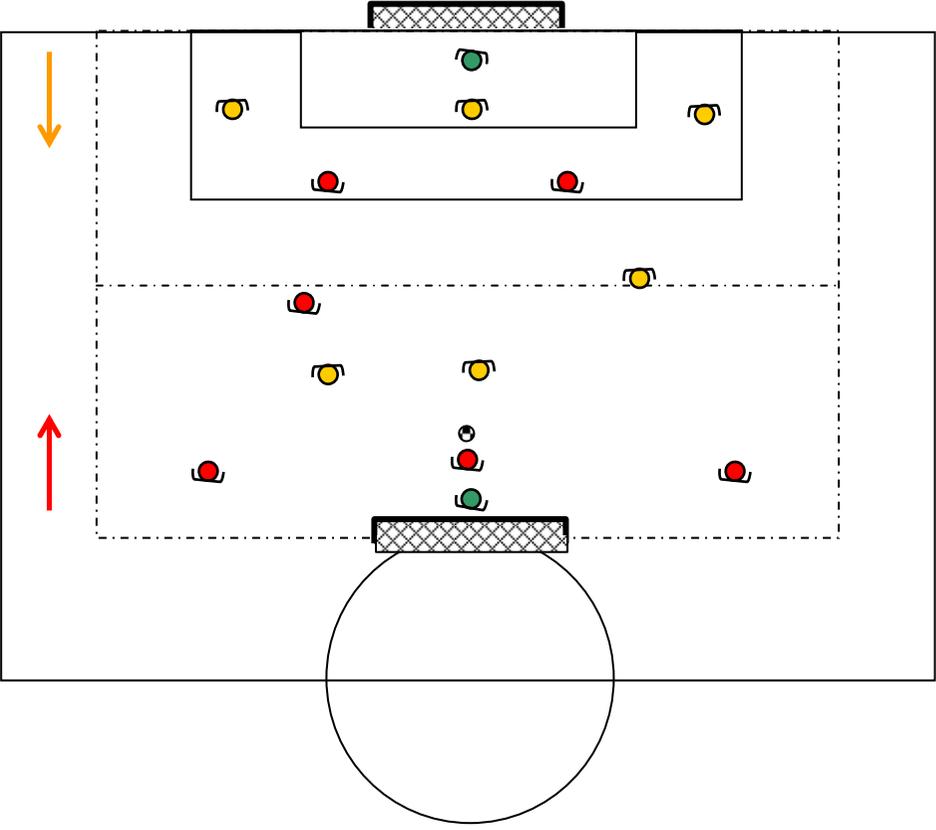
OBJECTIF	SCHEMA		CONSIGNES	MATERIEL
Thème :		N° Séance :		
<p>N° : 034J</p> <p>JEU COLLECTIF</p> <p>Amélioration spécifique avec support tactique collectif</p> <p><i>Déséquilibre de la défense et attaque rapide</i></p> <p><u>Objectifs du jeu d'application :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Aller de l'avant - Prendre l'espace libre en attaque pour rechercher une situation de finition en supériorité numérique - Utiliser le hors jeu - Faire un maximum de « stop jeu » pour mise en place de stratégies et correction des attitudes <p>Durée : 25 min</p>			<p>CONSIGNES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Sur un 1/2 terrain de foot à 11 + 2 gardiens ➤ Jeu à 7 contre 7 avec les règles du foot à 11 ➤ Tracer une zone de finition de 13 m sur toute la largeur devant chaque but. ➤ Ne peuvent pénétrer en situation de finition, dans la zone, qu'un joueur sur une passe d'un de ses partenaires. ➤ Dès que le joueur rentre dans la zone il a deux touches maximum pour frapper ➤ Compter le hors jeu à partir de la zone de finition ➤ Dès que le gardien touche le ballon, la situation est terminée ➤ Relance du gardien libre ➤ Mise en place sur les situations arrêtées de stratégies <p>VARIANTE :</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Le partenaire qui fait la passe à le droit de rentrer dans la zone. ➤ Dès que le passeur rentre dans la zone un défenseur à le droit de rentrer ➤ Dès qu'un adversaire touche le ballon, la situation est terminée <p>REMARQUES :</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Etre exigeant sur la qualité du geste <input type="checkbox"/> Faire respecter le geste travaillé 	<p>Maximum de Ballons</p> <p>Assiettes</p> <p>2 couleurs de chasubles</p> <p>2 buts de foot à 11</p>

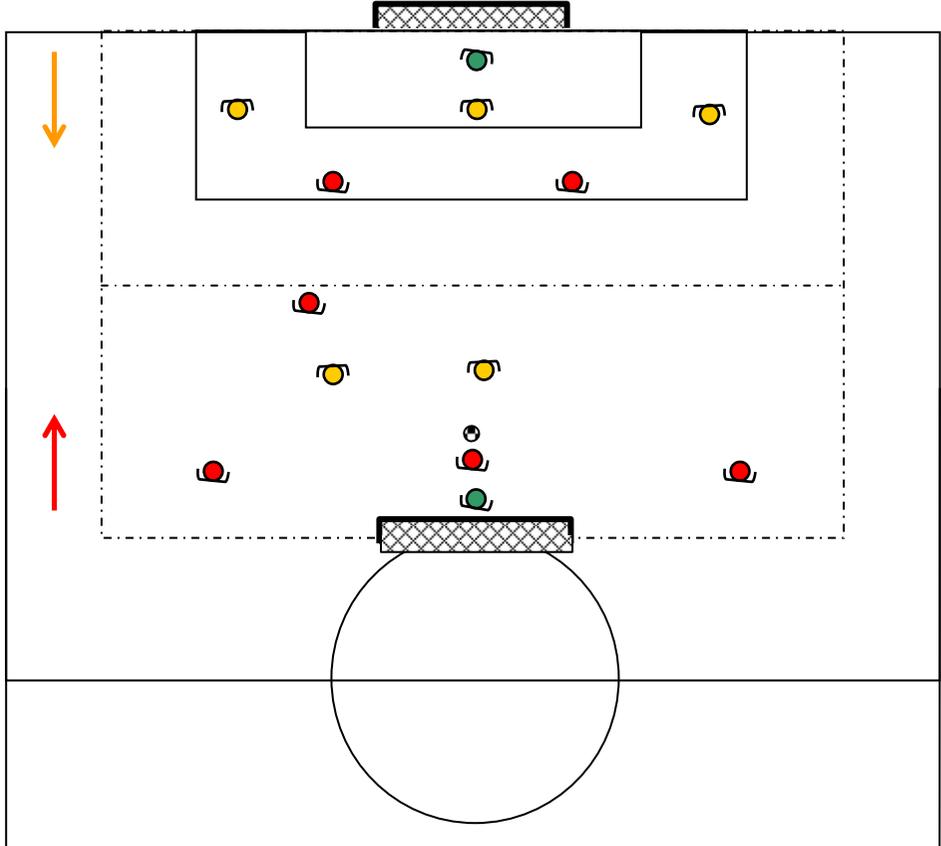
OBJECTIF	SCHEMA		CONSIGNES	MATERIEL
Thème :		N° Séance :		
<p>N°: 035J</p> <p>JEU COLLECTIF</p> <p>Amélioration spécifique avec support tactique collectif</p> <p><u>Jeu à thème aux pieds :</u> Tournoi sur le thème du tir et centre et frappe</p> <p>TEMPS : 20 min</p>			<p>CONSIGNES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Faire 3 équipes ❑ Sur un terrain de 30 X 40 m (2 surface de 16,5 m) ❑ Jeu en 4 contre 4 avec 2 gardiens fixes, sous forme de tournoi (l'équipe qui gagne reste sur le terrain l'autre sort) ❑ Les joueurs recherchent à jouer sur les pivots ❑ Les pivots ont 2 touches de balle pour la remettre en jeu. Devant de but dans les 6 mètres ou en retrait ❑ Libre, 3 touches puis 2 touches dans la zone défensive <p>REMARQUES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Attention à équilibrer les zones de jeu 	<p>Assiettes</p> <p>Ballons</p> <p>Chasubles</p> <p>Cônes</p> <p>1 but amovible</p>

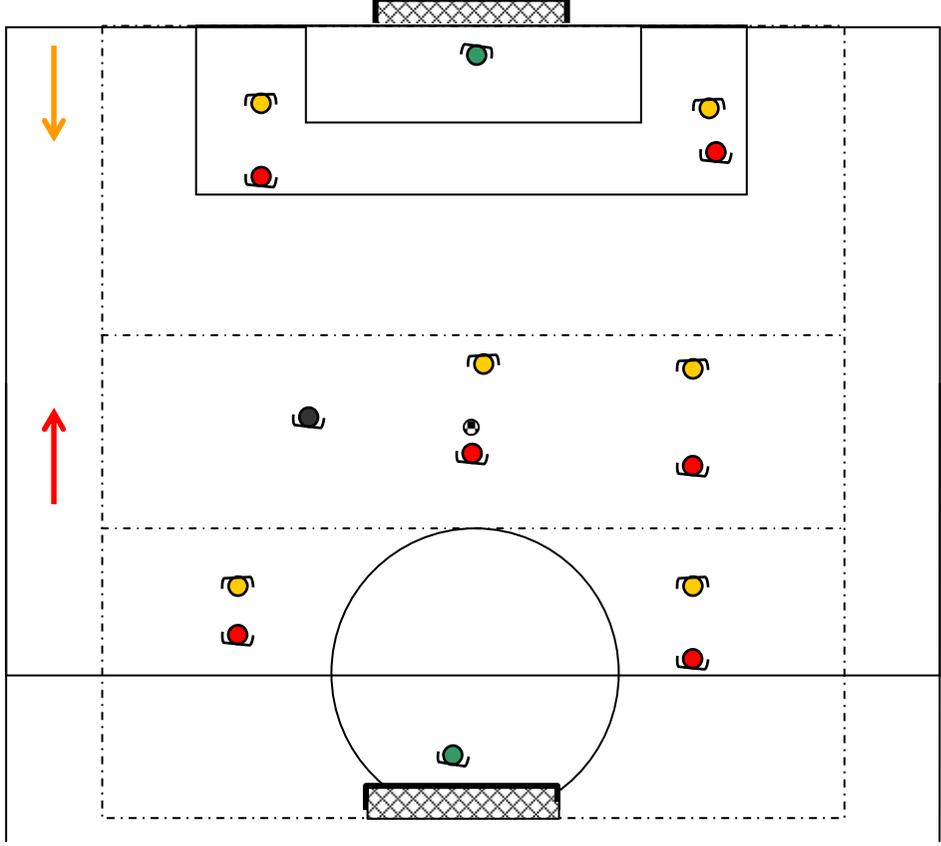
OBJECTIF	SCHEMA		CONSIGNES	MATERIEL
Thème :		N° Séance :		
<p>N° : 036J</p> <p>JEU COLLECTIF</p> <p>Amélioration spécifique avec support tactique collectif</p> <p><i>Gestion offensive et défensive en égalité numérique.</i></p> <p><u>Objectifs du jeu d'application :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Bien utiliser et protéger sa zone d'intervention. - Relancer rapidement - Conserver le ballon si pas de déséquilibre <p>Durée : 25 min</p>			<p>CONSIGNES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Jeu 8 contre 8 sur ¾ de terrain, en longueur, avec deux buts de foot à 11. ➤ Règles foot à 11 mais pas de hors jeu ➤ Tracer 2 lignes dans le sens de la largeur du terrain ➤ La zone du milieu étant d'une largeur de 5 mètres ➤ 3 contre 3 dans les deux zones défensives. ➤ Jeu libre pour les attaquants, libre, trois puis deux touches pour les défenseurs ➤ Dans la zone du milieu mettre un « joker » de chaque équipe qui sert d'appui et de transmission entre les deux zones défensives ➤ Les passes en avant sont interdites dans la partie offensive (uniquement passes latérales et en soutien). ➤ Les « jokers » ne défendent pas ➤ Interdiction de changer de zone ➤ Le gardien relance dans sa zone défensive. <p>REMARQUES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Obliger les joueurs à utiliser le « joker » pour créer le déséquilibre. ❑ Pour augmenter le travail en endurance capacité travailler en marquage individuel sur les 15 premières minutes ❑ Obliger le « joker » lors d'une transmission entre les deux zones à enchaîner une relance, la plus sûre et la plus réelle. 	<p>Maximum de Ballons</p> <p>Assiettes</p> <p>Chasubles</p> <p>2 buts de foot à 11</p>

OBJECTIF	SCHEMA		CONSIGNES	MATERIEL
Thème :		N° Séance :		
<p>N° : 037J</p> <p>JEU COLLECTIF</p> <p>Jeu d'application par zone</p> <p><i>Gestion offensive en supériorité numérique</i></p> <p><u>Objectifs des attaquants :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Déséquilibrer l'adversaire en jouant une supériorité numérique dans une zone. - Venir en appui - Aider le porteur du ballon - Remplacement <p>Durée : 25 min</p>			<p>CONSIGNES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Jeu 8 contre 8 sur ¾ de terrain, en longueur, avec deux buts de foot à 11. ➤ Règles foot à 11 mais pas de hors jeu ➤ Tracer 2 lignes dans le sens de la largeur du terrain ➤ La zone du milieu étant moins large que les deux autres. ➤ 2 contre 2 dans les deux zones défensives. ➤ 3 contre 3 au milieu ➤ Interdiction de changer de zone, sauf sur passe à un partenaire qui a effectué un appel entre une porte vers le porteur du ballon. ➤ Dès la perte du ballon, remplacement dans sa zone. ➤ Possibilité de ne compter le hors jeu qu'après qu'un attaquant soit en possession du ballon ➤ Le gardien relance dans sa zone défensive. <p>REMARQUES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Obliger les joueurs non porteur du ballon à faire des appels. ❑ Obliger le passeur à venir rapidement aider son partenaire. ❑ Si pas de possibilité de donner aux attaquants, demander aux joueurs de conserver le ballon. 	<p>Maximum de Ballons</p> <p>16 constri-foot</p> <p>Assiettes</p> <p>Chasubles</p> <p>2 buts de foot à 11</p>

OBJECTIF	SCHEMA		CONSIGNES	MATERIEL
Thème :		N° Séance :		
<p>N° : 038J</p> <p>JEU COLLECTIF</p> <p>Amélioration spécifique avec support tactique collectif</p> <p><i>Conservation du ballon attaque placée</i></p> <p><u>Objectifs du jeu d'application :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Quadriller le terrain en fonction du porteur du ballon pour lui donner une solution de passe. <p>Durée : 25 min</p>			<p>CONSIGNES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Jeu 9 contre 9 sur ¾ de terrain, en longueur, avec deux buts de foot à 11. ➤ Règles foot à 11 ➤ Tracer 2 lignes dans le sens de la largeur et la longueur du terrain. ➤ La zone du milieu étant moins large que les autres ➤ Positionner son équipe en fonction de son organisation et schéma de jeu . ➤ Quand une équipe est en possession de la balle dans sa zone défensive, il doit toujours y avoir un joueur dans chaque zone défensive et au milieu. ➤ Quand une équipe est en possession du ballon dans la zone du milieu, il doit y avoir un joueur dans chaque zone offensive et milieu. ➤ Les passes en avant sont interdites dans la partie offensive (uniquement passes latérales et en soutien). <p>REMARQUES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Laisser un laps de temps pour que les joueurs puissent réagir. ❑ Demander aux joueurs de se déplacer dans les zones pour être accessibles sur une passe par le porteur du ballon. 	<p>Maximum de Ballons</p> <p>Assiettes</p> <p>Chasubles</p> <p>2 buts de foot à 11</p>

OBJECTIF	SCHEMA		CONSIGNES	MATERIEL	
Thème :		N° Séance :			
<p>N° : 039J</p> <p>AMELIORATION TACTIQUE COLLECTIF</p> <p>Jeu et stratégies</p> <p><i>Récupération du ballon, faire le bon choix d'attaque :</i></p> <p><u>Objectifs du jeu d'application :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Presser le porteur du ballon dans sa zone défensive pour frapper au but. - Situations stratégiques. <p>Durée : 25 min</p>			<p>CONSIGNES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Sur un ¾ de terrain de foot à 11 avec les règles du foot à 11 ➤ Jeu à 8 contre 8 + 2 gardiens ➤ Tracer une ligne médiane dans le sens de la largeur du terrain ➤ 2 touches de balle ➤ Dès qu'un joueur récupère le ballon dans la partie défensive adverse personne ne peut défendre sur lui. ➤ Mise en place sur des situations arrêtées de stratégies. <p>REMARQUES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Obliger les joueurs à presser à plusieurs le défenseur, porteur du ballon dans sa partie défensive. ❑ Empêcher les défenseurs de gêner l'attaquant qui à récupéré le ballon dans sa partie défensive. ❑ Forcer le récupérateur à enchaîner une situation immédiatement si possible par une frappe au but. 	<p>Maximum de Ballons</p> <p>Assiettes</p> <p>2 couleurs de chasubles</p> <p>2 buts de foot à 11</p>	

OBJECTIF	SCHEMA		CONSIGNES	MATERIEL
Thème :		N° Séance :		
<p>N° : 40J</p> <p>JEU COLLECTIF</p> <p>Amélioration spécifique avec support tactique collectif</p> <p><i>Contrôle, passes et conduite (remise et déviations)</i></p> <p><u>Objectifs du jeu d'application :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Jeu de face - Jeu en remises et déviation - Jeu à deux et à trois. <p>Durée : 25 min</p>			<p>CONSIGNES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Sur un terrain 40 x 40 ➤ Jeu à 5 contre 5 + 2 gardiens avec les règles du foot à 11 ➤ Tracer une ligne médiane dans le sens de la largeur du terrain ➤ Jouer de face en jeu libre avec interdiction d'effectuer un contrôle orienté lorsque le joueur est dos au jeu. ➤ But marqué après cinq passes : deux points ➤ But marqué en moins de cinq passes : 1 point <p>REMARQUES :</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Obliger les joueurs à jouer face à eux <input type="checkbox"/> Travailler en appui/soutien <input type="checkbox"/> Le joueur en possession de la balle doit toujours avoir un joueur en soutien. <input type="checkbox"/> Favoriser le jeu vers l'avant en déviation. 	<p>Maximum de Ballons</p> <p>Assiettes</p> <p>2 couleurs de chasubles</p> <p>2 buts de foot à 11</p>

OBJECTIF	SCHEMA		CONSIGNES	MATERIEL
Thème :		N° Séance :		
<p>N° : 041J</p> <p>JEU COLLECTIF</p> <p>Amélioration spécifique avec support tactique collectif</p> <p><i>Gestion offensive et défensive en égalité numérique.</i></p> <p><u>Objectifs du jeu d'application :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Jeu en zone - Préparation de l'attaque placée - Appel-appui et soutien <p>Durée : 25 min</p>			<p>CONSIGNES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Jeu 6 contre 6 + 1 joker + 2 gardiens sur ¾ de terrain, en longueur, avec deux buts de foot à 11. ➤ Règles foot à 11. ➤ Tracer 2 lignes dans le sens de la largeur du terrain ➤ 2 contre 2 dans chaque zone ➤ Jeu libre. ➤ Le joker doit rester dans sa zone et est limité à deux touches de balle. Il joue avec l'équipe en possession de la balle. ➤ Un passeur peut changer de zone, 1 attaquant peut décrocher au milieu mais aura une seule touche. ➤ Le « joker » ne défend pas ➤ Le gardien relance dans sa zone défensive. <p>REMARQUES :</p> <ul style="list-style-type: none"> ❑ Obliger les joueurs à utiliser le « joker » pour créer le déséquilibre. ❑ Obliger le « joker » lors d'une transmission entre les deux zones à enchaîner une relance, la plus sûre et la plus réelle. 	<p>Maximum de Ballons</p> <p>Assiettes</p> <p>Chasubles</p> <p>2 buts de foot à 11</p>