

Phase de jeu	Conserver - Progresser	NOM & Prénom:	GAUDICHE François	CATÉGORIE:	U14	Temps	1H45
Principe de jeu	Combiner à 2, à 3	Impact Mental	-			+	
Principe complémentaire	Améliorer les relations à 2, à 3 entre les milieux et les attaquants	Impact Athlétique	-	Aérobic puissance		+	

AXES IMPORTANTS	
Trouver un joueur en appui	
Utiliser les espaces libres	
Changement de rythme / Permutation des postes	

ORGANISATION		DESCRPTIF		COMPOTEMENTS ATTENDUS
Procédé d'entraînement	Méthode pédagogique	EFFECTIF	MATERIELS	Comportements Collectifs
Procédé d'entraînement	Méthode pédagogique			Comportements Collectifs
Mise en train	Directive			Synchronisation des déplacements
Charge d'entraînement				Trouver un joueur en appui
Durée TOTALE (Min)	15min			
Temps de TRAVAIL	12min			
Temps de RÉCUPÉRATION	0			
Mode de RÉCUPÉRATION				
Objectif	Bien s'échauffer			
But	0 déchet technique			
Consignes				Comportements Individuels
Règles	Circuit technique passe et suit. Recherche d'un appui et d'un soutien avec une prise d'information selon le ballon précédent			Utilisation de la bonne surface de pied (Prise de balle et passes)
Variables	Changement de circuits			Orientation du corps
				Communication
				Disponibilité / Déplacement
				Concentration
				Critères de réussite
				Fluidité des mouvements

ORGANISATION		DESCRPTIF		COMPOTEMENTS ATTENDUS
Procédé d'entraînement	Méthode pédagogique	EFFECTIF	MATERIELS	Comportements Collectifs
Procédé d'entraînement	Méthode pédagogique			Comportements Collectifs
Jeu d'entrée	Active			Communication
Charge d'entraînement				Synchronisation des déplacements
Durée TOTALE (Min)	15min			Utiliser les espaces libres
Temps de TRAVAIL	15min			Permutation des postes
Temps de RÉCUPÉRATION	0			Trouver un joueur en appui
Mode de RÉCUPÉRATION				
Objectif	Améliorer les relations à 2, à 3 entre les milieux et les attaquants			Comportements Individuels
But	Marquer			Disponibilité
Consignes	Les joueurs rouges sont marqués derrière la ligne rouge. Item pour les bleus derrière la ligne bleue. Les pistons doivent rester dans leur couloir. Les attaquants restent dans la zone haute			Changement de rythme avec ou sans ballon
Règles	Pour marquer, les joueurs doivent obligatoirement trouver un attaquant qui trouve un milieu en soutien. Si but après avoir trouvé un attaquant puis un milieu qui marque direct 3 points. Si but après avoir trouvé un attaquant puis un milieu, mais marqué après plusieurs passes, 1pt			Mouvements perpétuels
Variables	Un attaquant peut décrocher dans l'espace libre			Orientation du corps
				Se démarquer
				Critères de réussite
				Nb de buts marqués après avoir trouvé l'attaquant

ORGANISATION		DESCRPTIF		COMPOTEMENTS ATTENDUS
Procédé d'entraînement	Méthode pédagogique	EFFECTIF	MATERIELS	Comportements Collectifs
Procédé d'entraînement	Méthode pédagogique			Comportements Collectifs
Exercice	Directive			Communication
Charge d'entraînement				Synchronisation des déplacements
Durée TOTALE (Min)	15min			Utiliser les espaces libres
Temps de TRAVAIL	15min			Permutation des postes
Temps de RÉCUPÉRATION	0			Trouver un joueur en appui
Mode de RÉCUPÉRATION				
Objectif	Améliorer les relations à 2, à 3 entre les milieux et les attaquants			Comportements Individuels
But	Marquer			Disponibilité
Consignes	Circuit sans postes. Combiner au milieu avec une recherche d'un appui et un soutien qui vient rapidement pour orienter le jeu côté. Travail analytique dans un premier temps puis adaptatif avec une ligne de 2 ou 3 défenseurs en zone axiale.			Changement de rythme avec ou sans ballon
Règles	Starter pour le 10. Passe vers le 6. Starter pour l'attaquant. Prise de balle et connexion. Ajouter une ligne de 2 ou 3 défenseurs.			Mouvements perpétuels
Variables	Apporter une compétition entre les groupes			Orientation du corps
				Passé cliqué vers l'attaquant
				Remise négociable en une touche de la part de l'attaquant pour le milieu
				Critères de réussite
				Fluidité des mouvements
				Synchronisation des déplacements

ORGANISATION		DESCRPTIF		COMPOTEMENTS ATTENDUS
Procédé d'entraînement	Méthode pédagogique	EFFECTIF	MATERIELS	Comportements Collectifs
Procédé d'entraînement	Méthode pédagogique			Comportements Collectifs
Situation	Active			Communication
Charge d'entraînement				Synchronisation des déplacements
Durée TOTALE (Min)	25min			Utiliser les espaces libres
Temps de TRAVAIL	20min			Permutation des postes
Temps de RÉCUPÉRATION	0			Trouver un joueur en appui
Mode de RÉCUPÉRATION				
Objectif	Améliorer les relations à 2, à 3 entre les milieux et les attaquants			Comportements Individuels
But	Marquer			Disponibilité
Consignes	Les rouges: Les milieux rouge peuvent passer la ligne médiane à partir du moment où on a trouvé un attaquant et doivent marquer			Changement de rythme avec ou sans ballon
Règles	Les bleus peuvent défendre partout, si ils récupèrent le ballon ils ont 3sec pour marquer.			Mouvements perpétuels
Variables	Les bleus ont 15 secondes pour récupérer le ballon s'ils viennent pas chercher. Les rouges ont 15 secondes pour marquer si ça se transforme en jeu			Orientation du corps
	Si... Alors...			Passé cliqué vers l'attaquant
				Remise négociable en une touche de la part de l'attaquant pour le milieu
				Critères de réussite
				Nombre de buts marqués
				Fluidité des déplacements

ORGANISATION		DESCRPTIF		COMPOTEMENTS ATTENDUS
Procédé d'entraînement	Méthode pédagogique	EFFECTIF	MATERIELS	Comportements Collectifs
Procédé d'entraînement	Méthode pédagogique			Comportements Collectifs
Situation	Active			Communication
Charge d'entraînement				Synchronisation des déplacements
Durée TOTALE (Min)	25min			Utiliser les espaces libres
Temps de TRAVAIL	20min			Permutation des postes
Temps de RÉCUPÉRATION	0			Trouver un joueur en appui
Mode de RÉCUPÉRATION				
Objectif	Améliorer les relations à 2, à 3 entre les milieux et les attaquants			Comportements Individuels
But	Marquer			Disponibilité
Consignes	Les rouges: Les milieux rouge peuvent passer la ligne médiane à partir du moment où on a trouvé un attaquant pour ensuite passer par les côtés.			Changement de rythme avec ou sans ballon
Règles	Les bleus peuvent défendre partout, si ils récupèrent le ballon ils ont 3sec pour marquer.			Mouvements perpétuels
Variables	Les bleus ont 15 secondes pour récupérer le ballon s'ils viennent pas chercher. Les rouges ont 15 secondes pour marquer si ça se transforme en jeu			Orientation du corps
	Si... Alors...			Passé cliqué vers l'attaquant
				Remise négociable en une touche de la part de l'attaquant pour le milieu
				Critères de réussite
				Nombre de buts marqués
				Fluidité des déplacements

ORGANISATION		DESCRPTIF		COMPOTEMENTS ATTENDUS
Procédé d'entraînement	Méthode pédagogique	EFFECTIF	MATERIELS	Comportements Collectifs
Procédé d'entraînement	Méthode pédagogique			Comportements Collectifs
Jeu de fin	Active			Communication
Charge d'entraînement				Synchronisation des déplacements
Durée TOTALE (Min)	20min			Utiliser les espaces libres
Temps de TRAVAIL	16min			Permutation des postes
Temps de RÉCUPÉRATION	0			Trouver un joueur en appui
Mode de RÉCUPÉRATION				
Objectif	Améliorer les relations à 2, à 3 entre les milieux et les attaquants			Comportements Individuels
But	Marquer			Disponibilité
Consignes				Changement de rythme avec ou sans ballon
Règles	Si on trouve l'attaquant et qu'il y a but dans les 7s qui suivent 3pts, si plus de 7s 1pt.			Mouvements perpétuels
Variables	Varié le système en face des rouges / Obligation de trouver un attaquant pour marquer. Mettre un temps pour marquer ou récupérer selon comment ça se passe			Orientation du corps
				Passé cliqué vers l'attaquant
				Remise négociable en une touche de la part de l'attaquant pour le milieu
				Critères de réussite
				Nombre de buts marqués