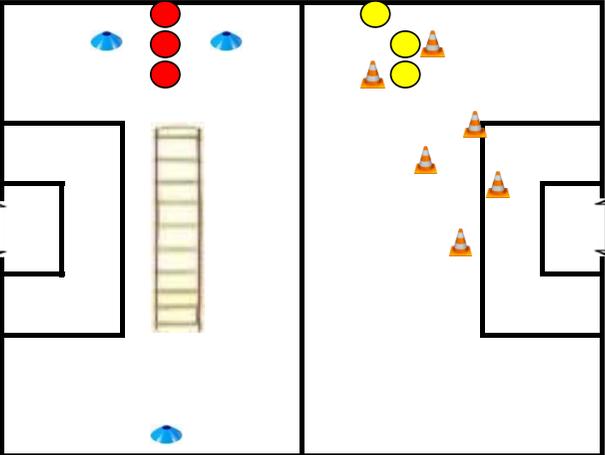
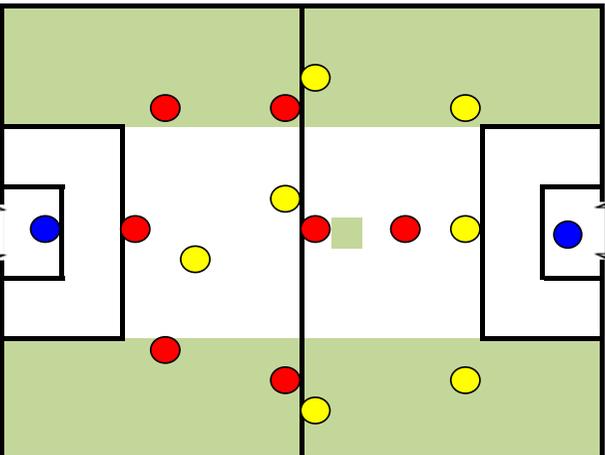
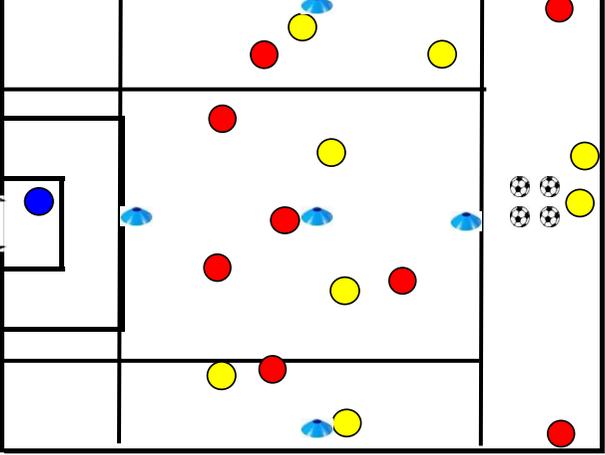
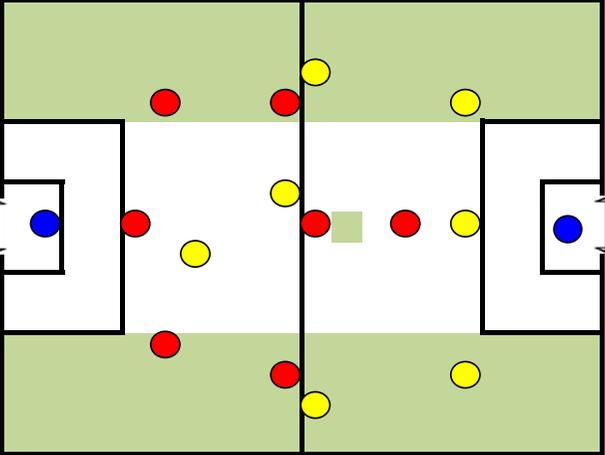


| | | | | | | | | | |
|---|--|--|----------------------|--|---------------------|--|-----------------------|--|--|
| NOM Prénom : BENYAHIA ALI | | Catégorie : U14 | Effectif : 16 | Heure de début : 10h | Durée : 1h45 | Date : Samstag, 23. Jänner 2021 | Séance N° : 54 | | |
| Phase de jeu : Déséquilibrer | | Principe de jeu : Jeu combiné à 2, à 3 pour créer un surnombre. | | Thème : Améliorer la création et l'utilisation d'un surnombre (2vs1, 3vs2) sur un côté (relations défenseurs-milieu de terrain) | | | | | |
| Organisation Durée : 16 Tps de travail : 14 Tps de récup : 2 Nbr de séries : Nbr de répét : Rpe : Procédé Autres Pédagogie PME Surface | |  | | Comportements attendus | | Descriptif (but, consignes de départ, déroulé du procédé) Echauffement sur échelle de rythme et sur parcours de jonglerie avec finition. fréquence des appuis + gammes athlétiques. Jonglerie en mouvement sans surface de rattrapage, arrivée au bout du parcours. Reprise de volée ou demi volée, le ballon doit rentrer directement dans le but. Atelier Jonglerie 7-8 minutes. Echelle de rythme 6-7 minutes. | | Critères de réalisation Pose des appuis en digitigrade dans l'échelle / plantigrade pour le freinage et les virages / utilisation des bras dans la technique. Jonglerie: qualité de la jonglerie. Critères de réussite (2 max) Coordination. Dominantes-Impacts Athlétiques Vivacité | |
| BILAN | | Sur ma posture, le niveau d'engagement (adhésion) des joueurs, "l'efficacité" de la séance : | | Remédiations, modifications à apporter sur l'aménagement et/ou les consignes : | | | | | |

| | | | | | | | | | |
|---|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| Organisation Durée : 20 Tps de travail : 16 Tps de récup : 4 Nbr de séries : 2 Nbr de répét : Rpe : 6 Procédé JEU N°1 Pédagogie PMAA Surface Longueur 60 M Largeur 15 metres. | |  | | Comportements attendus Porteur -> être orienté vers l'avant. Le receveur potentiel doit rester et prendre les informations avant de recevoir. Détermination dans les appels / courses. Communication / Synchronisation des courses et transmissions / Justesse technique / Bien occuper l'espace. Dédoublment latéraux milieux. Amener de l'incertitude (cacher ses intentions). | | Descriptif (but, consignes de départ, déroulé du procédé) 7vs7 + Gardiens. Equipe en 3-3-1. 3 touches maximum pour les deux équipes. Ligne médiane tracé. Rouges : 1 point si but marqué, 3 points si but veant d'un couloir extérieur après 2vs1 ou 3vs2. Jaunes : 1 point si but marqué, 3 points si but marqué après récupération haute. Séquence 1: Un seul défenseur peut défendre dans le couloir. Séquence 2: Deux défenseurs peuvent venir défendre dans le couloir. | | Critères de réalisation Technique Passe courte, contrôle orienté. Corps face au jeu, vitesse pour écarté et prendre l'espace libre coté. Synchronisation des courses dans le dédoublment. Critères de réussite (2 max) Nombre de buts après jeu combiné. Dominantes-Impacts Athlétiques Vitesse aérobie | |
| BILAN | | Sur ma posture, le niveau d'engagement (adhésion) des joueurs, "l'efficacité" de la séance : | | Remédiations, modifications à apporter sur l'aménagement et/ou les consignes : | | | | | |

| | | | | | | |
|-------------------------------------|------------------------|--|-----------------------------|---|--|-----------------------|
| NOM Prénom : BENYAHIA ALI | Catégorie : U14 | Effectif : 16 | Heure de début : 10h | Durée : 1h45 | Date : Samstag, 23. Jänner 2021 | Séance N° : 54 |
| Phase de jeu : Déséquilibrer | | Principe de jeu : Jeu combiné à 2, à 3 pour créer un surnombre. | | Thème : Améliorer la création et l'utilisation d'un surnombre (2vs1, 3vs2) sur un côté (relations défenseurs-milieux de terrain) | | |

| Organisation | | Comportements attendus | Descriptif (but, consignes de départ, déroulé du procédé) | Critères de réalisation |
|---|--|---|---|---|
| Durée : | 15 | | | |
| Tps de travail : | 12 | | | |
| Tps de récup : | 3 | | | |
| Nbr de séries : | 1 | | | |
| Nbr de répét : | | | | |
| Rpe : | 5 | | | |
| Procédé | | | | |
| Situation | | | | |
| Pédagogie | | | | |
| PMDT | | | | |
| Surface | | | | |
| 1/2 Terrain à 11 | | | | |
|  | | <p>Porteur -> être orienté vers l'avant. Le receveur potentiel doit rester et prendre les informations avant de recevoir.</p> <p>Détermination dans les appels / courses. Communication / Synchronisation des courses et transmissions / Justesse technique / Bien occuper l'espace. Dédoublément latéraux milieux. Amener de l'incertitude (cacher ses intentions).</p> | <p>Terrain divisé en trois zones (2 sur la largeur, 1 axiale). 6 joueurs offensifs jaunes contre 4 défenseurs rouges. Les rouges à la récupération doivent trouver un joueur cible. Si récupération zone haute + But= 2 points. Les jaunes doivent marquer dans le grand but. 2 points si but venu après un 2v1 ou 3vs2 sur un couloir. Départ ballon milieu de terrain avec les jaunes, en conduite de balle (4vs3). Rotation 2 défenseurs rouges tous les 4 passages. Interdiction de défendre dans la zone de finition tant que le ballon ne s'y trouve pas.</p> <p>Consigne: 1 seul joueur def peut défendre sur les couloirs. Consigne 2: 2 joueurs peuvent défendre sur les couloirs.</p> | <p>Technique Passe courte, contrôle orienté. Corps face au jeu, vitesse pour écarté et prendre l'espace libre coté. Synchronisation des courses dans le dédoublement.</p> <p>Critères de réussite (2 max) Nombre de dédoublements, nombre de buts.</p> <p>Dominantes-Impacts Athlétiques Capacité endurance</p> |
| BILAN | <p>Sur ma posture, le niveau d'engagement (adhésion) des joueurs, "l'efficacité" de la séance : Posture sur la ligne de hors jeu.</p> | <p>Remédiations, modifications à apporter sur l'aménagement et/ou les consignes : Rapprocher l'espace de déséquilibre plus proche du but. Amener un départ ballon différent, + de contraintes aux opposants.</p> | | |

| Organisation | | Comportements attendus | Descriptif (but, consignes de départ, déroulé du procédé) | Critères de réalisation |
|--|---|---|--|---|
| Durée : | 20 | | | |
| Tps de travail : | 16 | | | |
| Tps de récup : | 4 | | | |
| Nbr de séries : | 2 | | | |
| Nbr de répét : | | | | |
| Rpe : | 6 | | | |
| Procédé | | | | |
| JEU N°2 | | | | |
| Pédagogie | | | | |
| PMAA | | | | |
| Surface | | | | |
| Longueur 60 M Largeur 15 metres. | | | | |
|  | | <p>Porteur -> être orienté vers l'avant. Le receveur potentiel doit rester et prendre les informations avant de recevoir.</p> <p>Détermination dans les appels / courses. Communication / Synchronisation des courses et transmissions / Justesse technique / Bien occuper l'espace. Dédoublément latéraux milieux. Amener de l'incertitude (cacher ses intentions).</p> | <p>7vs7 + Gardiens. Equipe en 3-3-1. 3 touches maximum pour les deux équipes. Ligne médiane tracé. Rouges: 1 point si but marqué, 3 points si but veant d'un couloir extérieur après 2vs1 ou 3vs2. Jaunes: 1 point si but marqué, 3 points si but marqué après récupération haute.</p> <p>Séquence 1: Deux défenseurs peuvent venir défendre dans le couloir. Séquence 2: Jeu libre, tout en gardant les couloirs.</p> | <p>Technique Passe courte, contrôle orienté. Corps face au jeu, vitesse pour écarté et prendre l'espace libre coté. Synchronisation des courses dans le dédoublement.</p> <p>Critères de réussite (2 max) Nombre de buts après jeu combiné.</p> <p>Dominantes-Impacts Athlétiques Vitesse aérobie</p> |
| BILAN | <p>Sur ma posture, le niveau d'engagement (adhésion) des joueurs, "l'efficacité" de la séance :</p> | <p>Remédiations, modifications à apporter sur l'aménagement et/ou les consignes :</p> | | |