



# RACING CLUB DE STRASBOURG

U14 (2008)



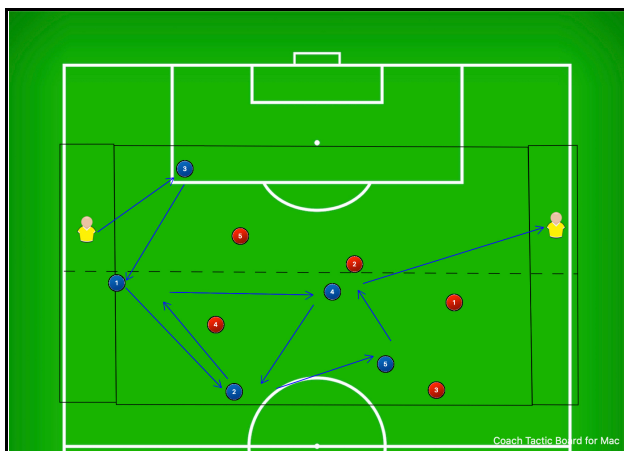
SEANCE N°	56	DATE/HEURE	12.01.22	DUREE	1h30	EFFECTIF	PRESENTS	12	TOTAL	12 (11+1)
							ABSENTS	2		

<b>PHASE DE JEU</b>
DESEQUILIBRER / FINIR

<b>PRINCIPES DE JEU</b>
Jouer à l'opposé après fixé collectivement

<b>THEME</b>
Améliorer le jeu à l'opposé après avoir fixé collectivement (relations défenseurs / milieux de terrains)

<b>PARTIE 1</b>	
DUREE TOTALE	20'
TPS DE TRAVAIL	15'
TPS DE RECUP	5'
NBR DE SERIES	5
NBR DE REPET	
<b>ESPACE</b>	
LONGUEUR	50
LARGEUR	30
<b>PROCEDE D'ENTR</b>	
EXERCICE	
SITUATION	
JEU	X
AUTRE	
<b>METHODE PED.A.</b>	
P.M.D.T.	
P.M.A.A.	X
P.M.E.	

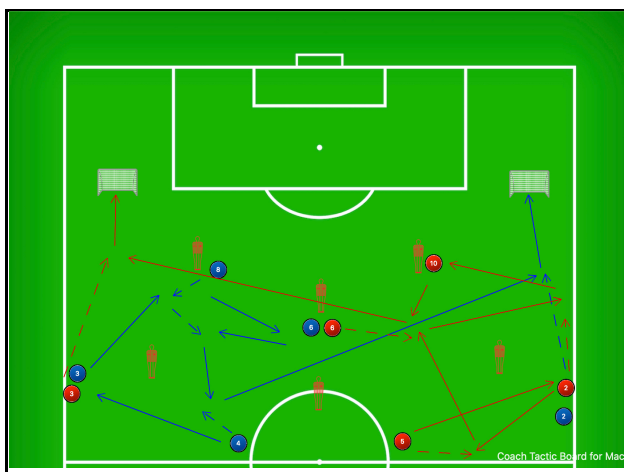


<b>ORGANISATION</b>
<b>OBJECTIFS</b>
*- Mise en route technique (passes, prise de balle), cognitif (prise d'infos) - Entrer en séance dans le thème abordé
<b>BUTS / CONSIGNES</b>
*- 5c5 + 2 appuis - l'équipe en conservation marque 1 point lorsqu'elle trouve l'appui en diagonale de la zone de conservation. (1 point) - 3 points: lorsque l'appui est trouvé en diagonale après avoir effectué 4 échanges dans une même zone.
<b>VARIANTES</b>
*- L'appui doit changer de zone tous les 4 échanges.
<b>DOMINANTES / IMPACTS (sur le plan athlétique)</b>
AEROBIE
<b>CRITERES ...</b>
<b>... de Réalisations</b>
*- Qualité de la maîtrise technique collective - Déplacements des joueurs afin de conserver le ballon et fixer l'adversaire
<b>... de Réussites</b>
*- Nombre de points marquer. - Nombre d'échange afin de fixer l'adversaire.

<b>COMPORTEMENTS ATTENDUS</b>
<b>Sur le plan Collectif ...</b>
*- Capacité à s'organiser pour faire progresser le ballon.
<b>Sur le plan Individuel ...</b>
*- Réalisation technique (Passes et prises de balles) - Prise d'information (voir et être vu) - Se déplacer pour être jouable ou libérer un espace pour un partenaire.

<b>BILAN:</b>	Remédiations:
---------------	---------------

<b>PARTIE 2</b>	
DUREE TOTALE	20'
TPS DE TRAVAIL	15'
TPS DE RECUP	5'
NBR DE SERIES	3
NBR DE REPET	8
<b>ESPACE</b>	
LONGUEUR	60
LARGEUR	40
<b>PROCEDE D'ENTR</b>	
EXERCICE	X
SITUATION	
JEU	
AUTRE	
<b>METHODE PED.A.</b>	
P.M.D.T.	
P.M.A.A.	
P.M.E.	X

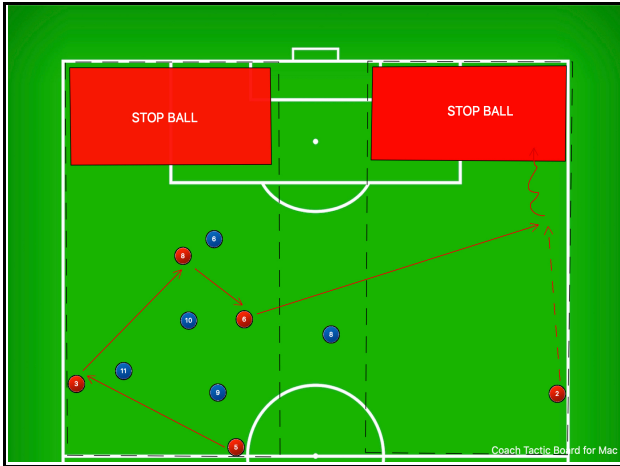


<b>ORGANISATION</b>
<b>OBJECTIFS</b>
Fixer collectivement l'adversaire sur un côté pour jouer à l'opposé
<b>BUTS / CONSIGNES</b>
*- Réaliser le circuit de passe sans toucher les conscrits
<b>VARIANTES</b>
*- 2 Variantes - 1 situation Auto adaptative
<b>DOMINANTES / IMPACTS (sur le plan athlétique)</b>
VITESSE
<b>CRITERES ...</b>
<b>... de Réalisations</b>
*- Qualité des enchaînements et des circuits de passes (nombre de touches pour attirer l'adversaire) - Coordination des déplacements.
<b>... de Réussite</b>
*- Le nombre de fois où le circuit de passe est réalisé comme demandé. - L'utilisation des comportements individuels attendus.

<b>COMPORTEMENTS ATTENDUS</b>
<b>Sur le plan Collectif ...</b>
*- Synchronisation des déplacements - Connexions visuels (prises d'informations) - L'utilisation du bon nombre de touche de balle.
<b>Sur le plan Individuel ...</b>
<b>Cheminement 1 (Bleu):</b> - Le def central met son ballon en mouvement pour jouer sur le latéral (masque ses intentions), puis vient être à nouveau jouable en soutien. - Le latéral est orienté de manière à voir un maximum l'espace de jeu et ouvre un angle de passe (Strater). Sa prise de balle le long de la ligne lui permet de jouer en deux touches avec le milieu Off. Après sa passe soit il se projette soit il se rend à nouveau disponible. - Sur la prise de balle le milieu Off se démarque pour demander le ballon. Sa prise de balle en soutien lui permet de jouer avec le milieu Def. - Le milieu défensif se rend disponible pour jouer un appui-remise avec le milieu Off. - Le milieu Off rejoue en soutien au def central. - En deux touches de balle le def central va trouver le latéral opposé qui ce sera déplacé sur le temps de passe précédent. - Le latéral termine l'action en marquant dans le but.
<b>Cheminement 2 (Rouge):</b> - Démarrage idem que le cheminement précédent. - Le latéral orienté vers son central ouvre un angle de passe afin d'être touché. Sur le temps de passe, le def central se rend à nouveau disponible en occupant la profondeur en soutien. - Le latéral rejoue avec le central. - Sur la prise de balle du Def central, le milieu def se rend disponible et vient créer une ligne de passe. - Le latéral vient alors proposer une solution au milieu def, le long de la ligne. - Le milieu Off vient alors créer une ligne de passe pour jouer avec le milieu def. - En deux touches le milieu def va trouver le latéral à l'opposé qui va finir l'action en marquant dans le but.

<b>BILAN:</b>	
---------------	--

<b>PARTIE 3</b>	
<b>DUREE TOTALE</b>	20'
<b>TPS DE TRAVAIL</b>	15'
<b>TPS DE RECUP</b>	5'
<b>NBR DE SERIES</b>	4
<b>NBR DE REPET</b>	5
<b>ESPACE</b>	
LONGUEUR	
LARGEUR	
<b>PROCEDE D'ENTR</b>	
EXERCICE	
SITUATION	X
JEU	
AUTRE	
<b>METHODE PEDA.</b>	
P.M.D.T.	X
P.M.A.A.	
P.M.E.	



<b>ORGANISATION</b>	
<b>OBJECTIFS</b>	
Fixer collectivement l'adversaire sur un côté pour jouer à l'opposé	

<b>BUTS / CONSIGNES</b>	
* - Jeu libre, jeu en deux touches à l'opposé	
- Les joueurs en zone central peuvent intercepter le ballon et jouer la transition.	
- Buts: <b>ATTAQUANTS</b> : Bloquer le ballon dans une des deux zones de stop ball.	
<b>DEFENSEURS</b> : Récupérer et trouver rapidement un joueur lancé dans la profondeur.	
<b>SCENARIO 1</b>	
- Le def central joue avec le latéral qui joue vers l'avant.	
- Le latéral et les deux milieux échantent le ballon pour fixer les 3 adversaires et jouent en soutien avec le central qui renverse le jeu par du jeu aérien sur le central à l'opposé.	
<b>Manipulation des défenseurs:</b>	
- Empêcher le milieu Off de se retourner	
- Empêcher le latéral de prendre de la vitesse pour déborder	
<b>SCENARIO 2</b>	
- le def central joue avec le latéral qui lui remise	
- Le Def central fait progresser le jeu par la passe.	
<b>Manipulation des défenseurs:</b>	
- Les milieux axiaux se positionnent bas et empêchent le jeu vers l'avant	

<b>VARIANTES</b>	

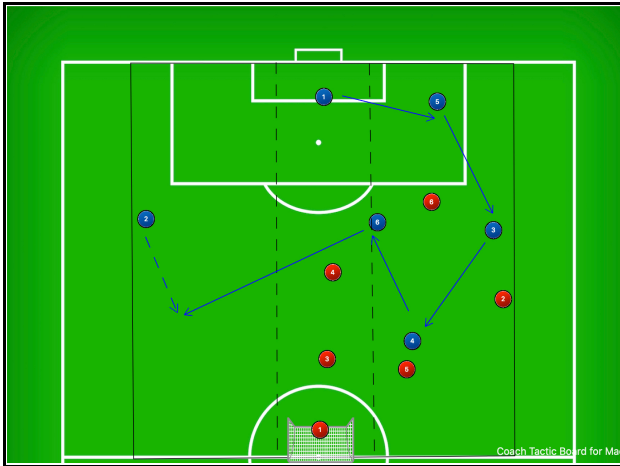
<b>DOMINANTES / IMPACTS (sur le plan athlétique)</b>	
VITESSE	

<b>CRITERES ...</b>	
... de Réalisations	
* - Qualité et rythme des enchaînements	
... de Réussite	
* - Nombre de points	

<b>COMPORTEMENTS ATTENDUS</b>	
<b>Sur le plan Collectif ...</b>	
* - Coordination des déplacements	
- Prendre le temps d'attirer l'adversaire (Nombre de passes nécessaire)	
<b>Sur le plan Individuel ...</b>	
* - Être disponible et bien orienté.	

<b>BILAN:</b>	Remédiations:
---------------	---------------

<b>PARTIE 4</b>	
<b>DUREE TOTALE</b>	20'
<b>TPS DE TRAVAIL</b>	16'
<b>TPS DE RECUP</b>	4'
<b>NBR DE SERIES</b>	2
<b>NBR DE REPET</b>	
<b>ESPACE</b>	
LONGUEUR	
LARGEUR	
<b>PROCEDE D'ENTR</b>	
EXERCICE	
SITUATION	
JEU	X
AUTRE	
<b>METHODE PEDA.</b>	
P.M.D.T.	
P.M.A.A.	X
P.M.E.	



<b>ORGANISATION</b>	
<b>OBJECTIFS</b>	
Fixer collectivement l'adversaire sur un côté pour jouer à l'opposé et marquer	

<b>BUTS / CONSIGNES</b>	
* - Jeu libre à 6c6 (structure en 1-3-1)	
- But: Marquer / Si le but est marqué après un échnage de 4 passes dans une zone latéral, le but vaut double.	
- L'équipe qui n'est pas en possession du ballon doit défendre dans les deux zones les plus proche du ballon.	
<b>VARIANTES</b>	
* - le changement de zone ne peut se faire qu'en deux touches maximum.	

<b>DOMINANTES / IMPACTS (sur le plan athlétique)</b>	
AEROBIE	

<b>CRITERES ...</b>	
... de Réalisations	
* - Qualité de la maîtrise technique collective	
- Déplacements des joueurs afin de conserver le ballon et fixer l'adversaire	
... de Réussite	
* - Nombre de But marqué en ayant fixé l'adversaire sur un côté.	

<b>COMPORTEMENTS ATTENDUS</b>	
<b>Sur le plan Collectif ...</b>	
* - Coordination des déplacements	
- Prendre le temps d'attirer l'adversaire (Nombre de passes nécessaire)	
<b>Sur le plan Individuel ...</b>	
* - Réalisation technique (Passes et prises de balles)	
- Prise d'information (voir et être vu)	
- Se déplacer pour être jouable ou libérer un espace pour un partenaire.	

<b>BILAN:</b>	Remédiations:
---------------	---------------



<b>BILAN DE SÉANCE</b>	