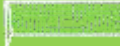


Sujet :	AMELIORER LA MAITRISE TECHNIQUE INDIVIDUELLE ET COLLECTIVE	U10 / U11	
Phase de jeu :	Conserver	 x7	
Principes de jeu :	Conserver par les passes, conduites, dribbles	 x7	1h30
Objectifs :	Développement de la capacité aérobie Intensité 6/10		
 x14  x4  x2  x30  x16  x6 www.josselinlebretoneducateur.com			

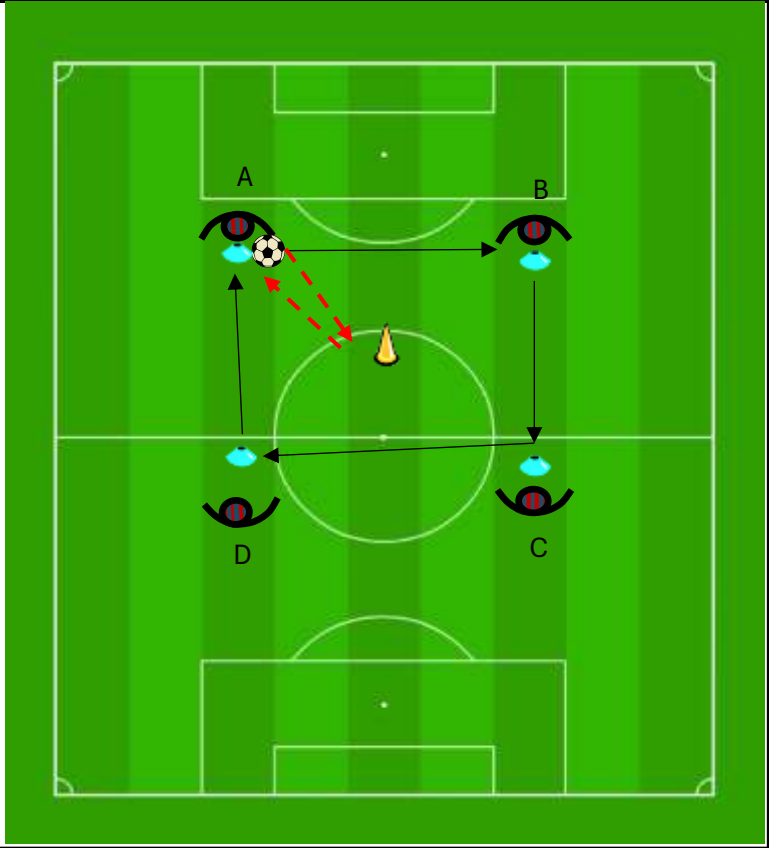


Partie 1 :
Procédé :
Exercice



Partie 2 :
Procédé :
Exercice

X2 EXERCICES



Partie 3 :
Procédé :

	20'	Organisation et animation
---	-----	---------------------------

Explications et consignes :
Objectif : Amélioration technique geste coerver
But : Le 1er qui marque remporte 1 point
Consignes : Le joueur à la source doit effectuer un geste coerver choisis par l'educateur , au signal de celui-ci, les 4 joueurs partent en même temps en conduite de balle pour faire le slalom et marquer dans le but .
Nombre de séquences : 2x7'
Comportements attendus (critères de réalisation): Maitrise technique, qualité de la conduite, ballon proche des pieds, regard haut, vitesse d'exécution
Critères de réussite: les joueurs exécutent les gestes technique sans perdre la maitrise
Variantes : Varier les demandes techniques sur le geste coerver
Méthode pédagogique : découverte - guidage - directive

	20'	Organisation et animation
---	-----	---------------------------

Explications et consignes :
Objectif : Maitrise technique et prise d'informations
But : Réussir le circuit de passe selon les demandes techniques
Consignes : A, B, C et D jouent ensemble pour faire le carré magique . Une fois la passe faite, le joueur doit aller au centre du carré pour <u>toucher</u> le plot avec une course de motricité imposée par l'educateur
Nombre de séquences : 3x5 minutes
Comportements attendus (critères de réalisation): Ballon collé au pied, utilisation des bonnes surfaces de contact , orientation des épaules, qualités des mouvements sur la motricité .
Critères de réussite: Nombre de tours réussis sans pertes de balles .
Variantes : Varier le sens Varier les demandes motrices
Méthode pédagogique : découverte - guidage - directive

	Organisation et animation
---	---------------------------

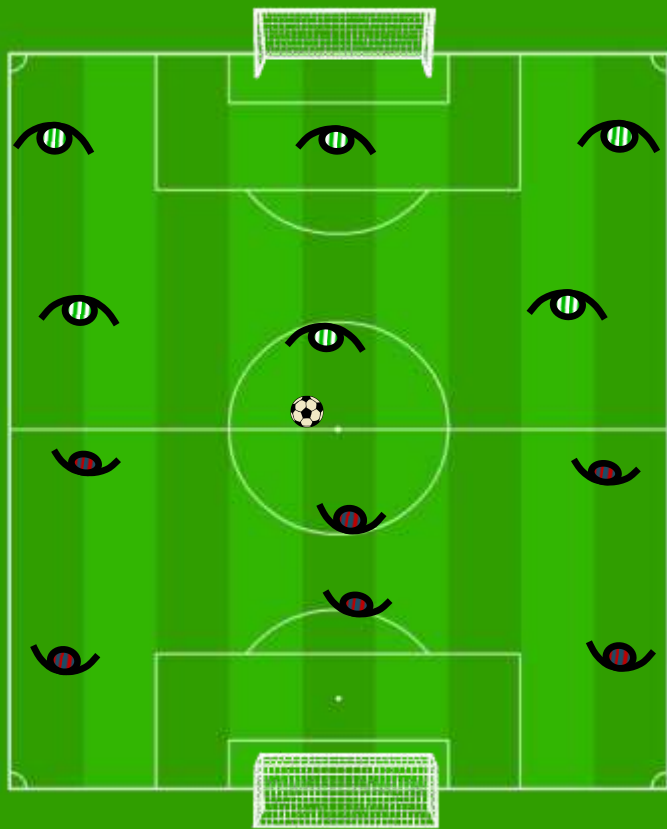
Procédure :
Jeu réduit

x2 ateliers



Partie 4 :
Procédé :
Grand Jeu

Espace de jeu 40 x 60



20'

Organisation et animation

Explications et consignes :

Objectif : Maîtrise technique et prise d'informations

But : 1 point lorsque la demande du coach est réussie

Consignes :

3 équipes de 4 ou 5 joueurs . Chaque joueur son ballon en conduite de balle.

Au signal de l'éducateur :

Verts = contournent le plot

rouge = marse dans l'un des 4 buts

jaune = Jonglerie

Nombre de séquences :

1x12'

Comportements attendus (critères de réalisation):

Occupation des espaces, utiliser les outils techniques pour conserver le ballon (contrôle - passes)

Critères de réussite:

Nombre de passes réussies

Nombre de situations intéressantes créées

Variantes :

/

Méthode pédagogique : découverte - guidage - directive



20'

Organisation et animation

Explications et consignes :

Objectif : Découverte de l'espace de jeu

But : Marquer

Consignes :

6 contre 6 . Que du jeu au sol . Utiliser d'ores et déjà du jeu combiné et donner les intentions du jeu . Pas de gardien .

Nombre de séquences :

3x5 minutes

Comportements attendus (critères de réalisation):

Occupation de l'espace de jeu

Critères de réussite:

Nombre de buts inscrits provenant d'un temps de possession

Variantes :

/

Méthode pédagogique : découverte - guidage - directive