



Evan Princé

TA Rennes - Pôle Avenir - U17

Séance n° 13

30/08/21

Phase de jeu :

S'opposer à la progression

24 joueurs

Principe / thème :

Améliorer la capacité à récupérer rapidement le ballon à la perte

Espace : 1/2 terrain

Mise en train

Procédé : Exercice

Pédagogie : Directive

Temps : 12 min

**Objectif :** Améliorer la capacité de réactivité

**But :** Se préparer pour la séance en lien avec le thème

**Consignes :** circulation + déplacements

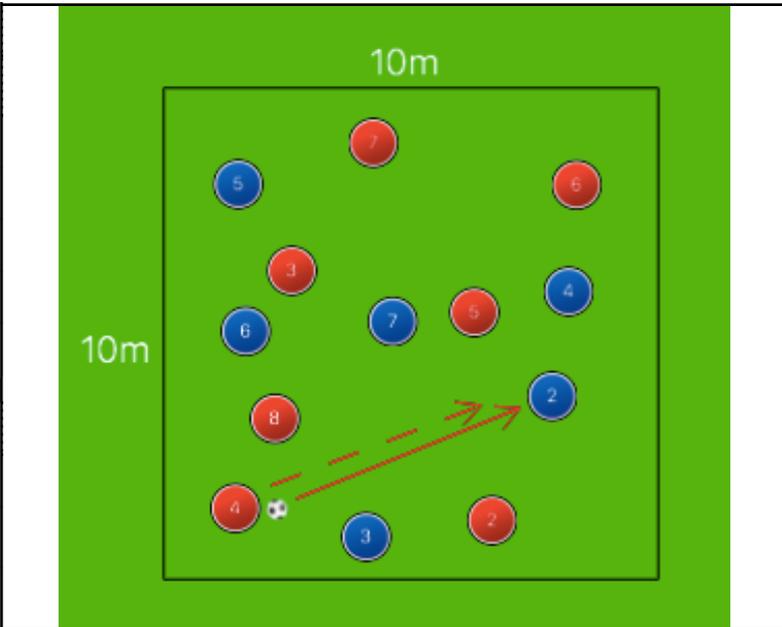
- 1) circulation classique du ballon
- 2) Rouge passe à un bleu (ou l'inverse) et va vers lui pour le gêner
- 3) Idem avec un seul ballon et chaque joueur de l'équipe qui rend le ballon se déplace vers un joueur libre

**Comportements attendus :**

- Individuels : intensité progressive dans les courses sans ballon, exploration visuelle des partenaires et adversaires
- Collectifs : communication, coordination

**Variables :**

x



**Critères de réussite :**

**Ressource(s) mentale(s) :** concentration

**Espace & aménagement :** 2 zones de 2 x 6 joueurs / surface

Phase de performance

Procédé : Situation

Pédagogie : Active

Temps : 20 min

**Objectif :** Améliorer la capacité à gérer la transition off/def

**But :** Récupérer le ballon après la perte

**Consignes :** 4c4 + 4 jokers

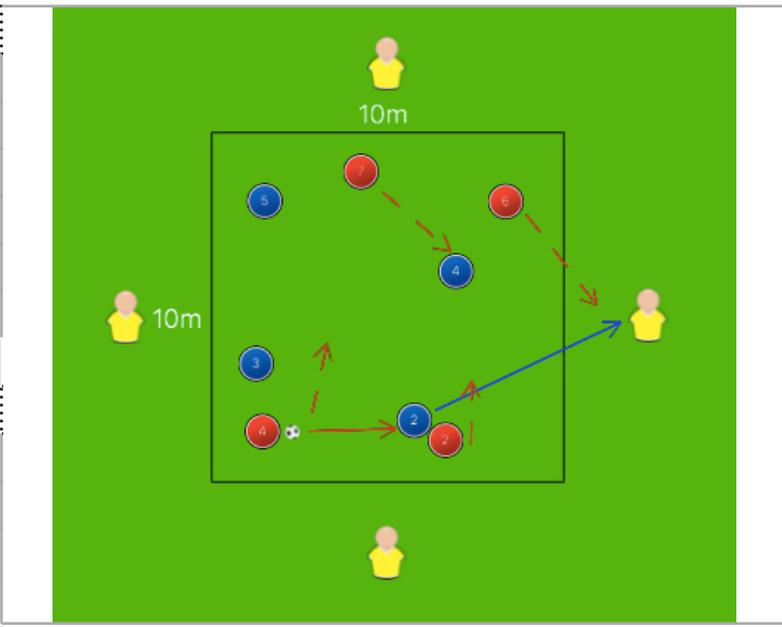
- 3 x 6 min pour changement de jokers (1 min récup entre chaque bloc)
- 5 passes après récupération du ballon : 1 pt de pénalité pour l'adversaire
- Les jokers sont attaquables
- 3 touches, 2 touches jokers

**Comportements attendus :**

- Individuels : intensité dans les courses, réactivité à la perte, changement de statut rapide, exploration visuelle, dispo des jokers
- Collectifs : coordination, solidarité, communication, cohésion
- densité autour du porteur

**Variables :**

intégration d'un joker à l'intérieur lors de la récupération



**Ressource(s) mentale(s) :** concentration, motivation

**Espace & aménagement :** utiliser les mêmes zones que la mise en train

| Phase de performance  | Procédé : Situation | Pédagogie : Active   | Temps : 20 min |
|---|---------------------|--|----------------|
| <b>Objectif :</b> Améliorer l'organisation du contre-pressing             |                     |  |                |
| <b>But :</b> Empêcher l'adversaire de progresser à la perte du ballon     |                     |  |                |
| <b>Consignes : 6c6 (2 x 8min pour inversement)</b>                        |                     |  |                |
| Démarrage zone 1, obj bleu stop ball en zone 3 : 1 pt                     |                     |  |                |
| Si récup rouge zone 2 et stop ball zone 1 bleu en - de 5 sec : 3pts rouge |                     |  |                |
| 2 touches rouges, libre bleu  |                     |  |                |
|   |                     |  |                |
| <b>Comportements attendus :</b>   |                     |  |                |
| Individuels : intensité dans les courses, réactivité à la perte,          |                     | <b>Critères de réussite :</b>  |                |
| changement de statut rapide, exploration visuelle                         |                     |  |                |
| Collectifs : coordination, solidarité, communication, cohésion            |                     |  |                |
| densité autour du porteur   |                     | Maximum 3 buts encaissés après transition rapide                         |                |
| <b>Variables :</b>  |                     | <b>Ressource(s) mentale(s) :</b> concentration, motivation               |                |
| Jouer sur des supériorités numériques                                     |                     | <b>Espace &amp; aménagement :</b> 25m x10m                               |                |
|   |                     |  |                |
| Phase de performance  | Procédé : Jeu       | Pédagogie : Active   | Temps : 20 min |
| <b>Objectif :</b> Améliorer l'organisation du contre-pressing             |                     |  |                |
| <b>But :</b> Empêcher l'adversaire de conserver à la perte du ballon      |                     |  |                |
| <b>Consignes : 6c6 avec buts</b>  |                     |  |                |
| But mini-but : 1 pt   |                     |  |                |
| 5 passes consécutives à la récup : 3 pts                                  |                     |  |                |
| touches libre   |                     |  |                |
|   |                     |  |                |
| <b>Comportements attendus :</b>   |                     |  |                |
| Individuels : intensité dans les courses, réactivité à la perte,          |                     | <b>Critères de réussite :</b>  |                |
| changement de statut rapide, exploration visuelle                         |                     |  |                |
| Collectifs : coordination, solidarité, communication, cohésion            |                     |  |                |
| densité autour du porteur   |                     | Maximum 9 pts encaissés après la perte                                   |                |
| <b>Variables :</b>  |                     | <b>Ressource(s) mentale(s) :</b> concentration, motivation, mémorisation |                |
| 5 passes + but : 5 pts  |                     | <b>Espace &amp; aménagement :</b> 1/2 terrain                            |                |
| <b>Bilan de la séance :</b>   |                     |  |                |