



THEME DE SEANCE : RECUPERER LE BALLON PROCHE DE SON BUT

DATE :

CONSERVER - PROGRESSER
S'OPPOSER A LA PROGRESSION

DESEQUILIBRER FINIR
PROTEGER SON BUT

U18

→ PASSE - - - - - DEPLACEMENT SANS → TIR CONDUITE

Séance n° 39

PARTIE N°1 : JEU COLLECTIF

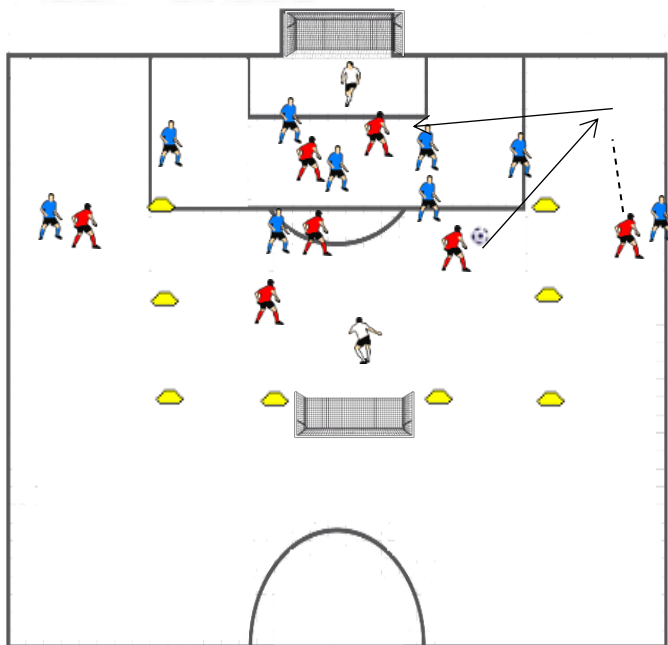
Durée : 20 min

Objectif : Récupérer le ballon proche de son but

Effectif :
7 x 7 + 2 GB

Espaces :
34 x 55

Pédagogie :
ACTIVE



Explications / Consignes

- 5 contre 5 au milieu + 2 joueurs / équipe sur les cotés
- Les joueurs sur le côté sollicitent dans la profondeur, ont 2 touches et sollicitent le ballon dans la profondeur
- Hors jeu appliqué
- Relance GB dans l'axe
- Marquer de l'axe = 1 point
- Marquer sur centre = 3 points

Evolutions

- L'excentré peut rentrer en conduite dans l'axe pour allé marquer
- 3 touches de balle dans l'axe / 1 sur le côté

Critères de réalisation

- Contrôler les courses des attaquants adverses
- Se situer entre l'attaquant et son but
- Communication défensive
- Lecture trajectoire

PARTIE N°2 : SITUATION

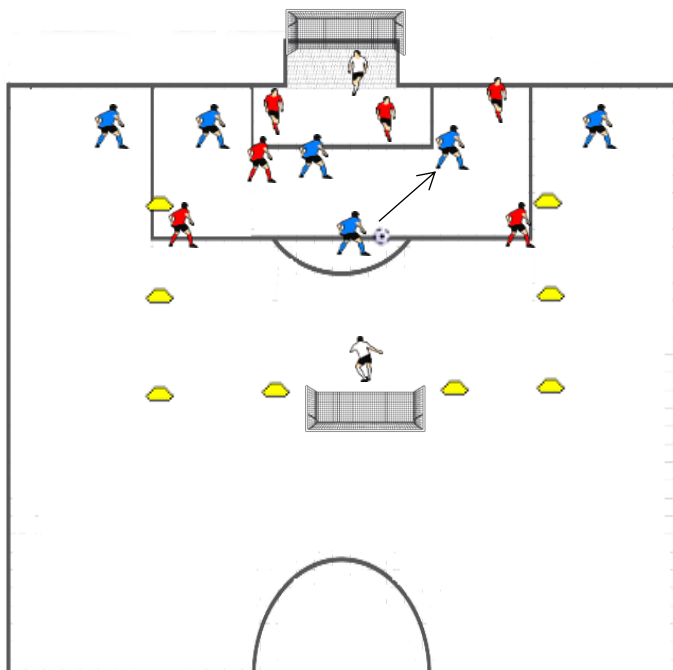
Durée : 20 min

Objectif : Récupérer le ballon proche de son but

Effectif :
6 x 6 + 2 GB

Espaces :
40 x 35

Pédagogie :
ACTIVE



Explications / Consignes

- 4 défenseurs contre 3 attaquants dans la surface de réparation + 2 attaquants sur les côtés (inattaquables)
- Les rouges ont 2 appuis attaquants à la sortie - les bleus ont un soutien et tous sont inattaquables
- Tous les ballons partent du soutien bleu qui joue dans la surface
- Bleus : Marquer 1 point / Rouges : récupérer - trouver un appui qui finit en 1 c 1 avec GB opposé
- Jeu libre au sol dans la surface

Evolutions

- Le soutien bleu devient 1er défenseur à la perte
- Tout le monde peut jouer la transition

Critères de réalisation

- Se situer entre l'attaquant et le but
- Contrôler les courses attaquants adverses
- Communication défensive
- Transition rapide

PARTIE N°3 : SITUATION

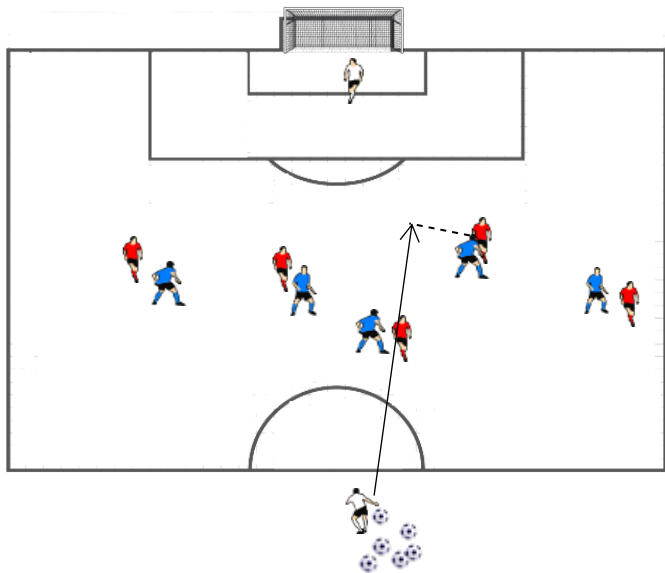
Durée : 20 min

Objectif : Améliorer la lecture de trajectoire et le duel aérien

Effectif :
5 x 5 + 2 GB

Espaces :
1/2 terrain foot à 11

Pédagogie :
ACTIVE



Explications / Consignes

- Les rouges sont en marquage individuel sur les bleus
- Le gardien effectue une passe aérienne par-dessus la défense
- Duel aérien à jouer
- Rouges : 1 point si le ballon repart vers l'avant
- Bleus : 1 point si tir au but / 2 points si but

Evolutions

- Modifier la position du gardien effectuant la passe
- 1 défenseur en + (travail des 2 axiaux à plat face à 1 attaquant)

Critères de réalisation

- Lecture de trajectoire de balle
- Se situer entre l'attaquant et le but
- Communication défensive
- Timing de saut

PARTIE N°4 : JEU FINAL

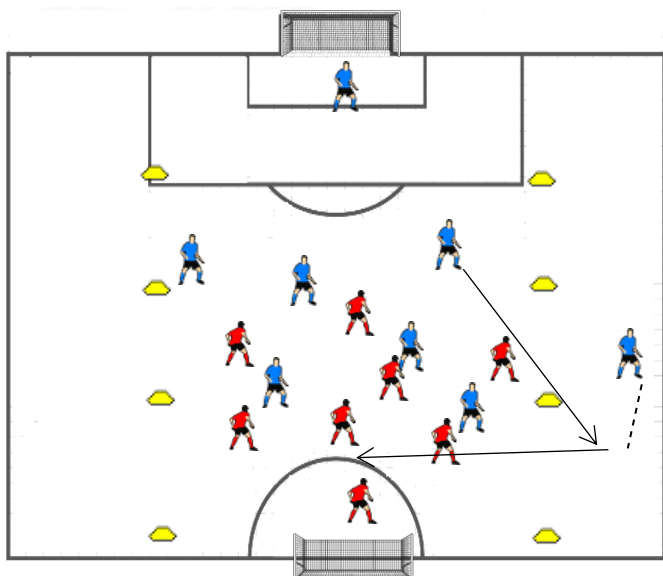
Durée : 20 min

Objectif : Améliorer la capacité collective à récupérer proche de son but

Effectif :
8 x 8

Espaces :
1/2 terrain foot à 11

Pédagogie :
ACTIVE



Explications / Consignes

- Seule l'équipe en possession peut utiliser les couloirs
- Jeu libre au milieu / 2 touches dans les couloirs
- But de l'axe = 1 point
- But sur centre = 3 points

Evolutions

Critères de réalisation

- Contrôler les courses des attaquants adverses
- Se situer entre l'attaquant et son but
- Communication défensive
- Lecture trajectoire

PARTIE N°5 :

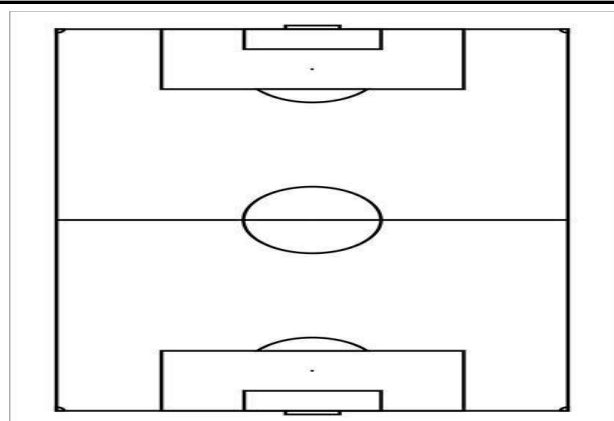
Durée :

Objectif :

Effectif

Espaces :

Pédagogie :



Explications / Consignes

Evolutions

Critères de réalisation



