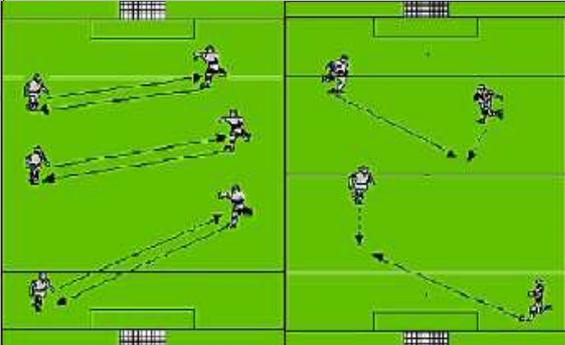
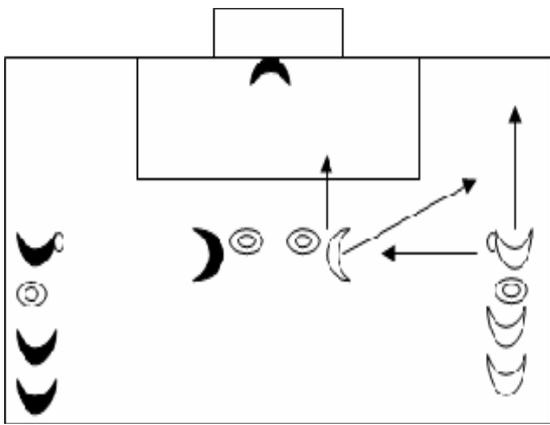
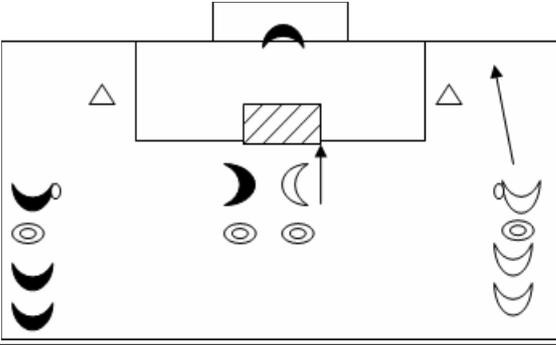
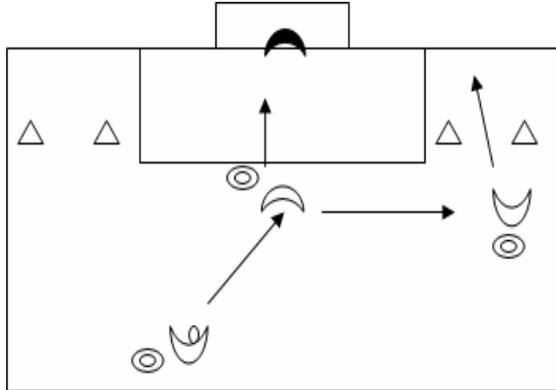


Séance U11 – Initiation

Date 14-05-2011	Nom : BERTON								
Thème de la séance : centre et reprise	Séance n°	1	2	3	4	5	6	7	8

Différentes partie (durée)	Objectif	Exercice	Évolution	critère de réalisation	Matériel
Prise en main (5')					
<b>Mise en train (15'-20') + exercice de jonglerie dirigé</b>	Demander simplement aux joueurs d'alterner la passe cou du pied et intérieur du pied en vue des exercices à venir. Observer si les joueurs regardent leur partenaire avant la passe.			Utilisation: cou du pied et intérieur du pied, Regarder le joueur avant de faire la passe.	
<b>Parcours de coordination 10'</b>	Travail en deux groupe (gauche et droite). Le joueur A effectue une passe au sol à B qui lui remet en 1 temps dans sa course. A conduit sa balle quelque mètre et fait un centre. Le joueur B finit de la tête ou de volée. A va en B, B en A. Travail en alternance sur deux groupes. Évolution changement de poste (A et B) et changement de coter (gauche ou droite)			Observation : Les joueurs doivent lever la tête avant d'effectuer le centre pour voir le partenaire, Les joueur doivent fixer la balle du regard, se déplacer à petit pas pour ajuster le geste de finition.	4 plots 2 ballons chasuble
<b>Apprentissage Technique 20 / 25' Analytique</b>	<b>1) situation analytique (centre en retrait) :</b> Deux groupe de joueurs (gauche et droite). Le joueur A part en conduite depuis la ligne de touche, dribble face au plot et centre pour le joueur B. Évolution A centre dans une zone en retrait pour A et changement de coter (gauche ou droite).			Les joueurs doivent lever la tête avant d'effectuer le centre pour voir le partenaire, Les joueur doivent fixer la balle du regard, se déplacer à petit pas pour ajuster le geste de finition. Le centre en retrait est une passe précise (intérieur du pied).	8 plots 2 ballons chasuble 2 cônes
	<b>2) situation évoluant vers le but (séquence de jeu) :</b> Le joueur A effectue une passe au sol à B, B passe à C. C conduit sa balle ( passage d'une porte) et fait un centre. Le joueur B finit de la tête ou de volée. A va en B, B en C, C en A. Évolution utilisation couloir droit et gauche et mise en place de défenseur (fixe entre deux point) au point du centre			Les joueurs doivent lever la tête avant d'effectuer le centre pour voir le partenaire, Les joueur doivent fixer la balle du regard, se déplacer à petit pas pour ajuster le geste de finition. Le centre en retrait est une passe précise (intérieur du pied).	3 plots 4 cônes 4 piquets
<b>Match 2 x 10'</b>	Mise en valeur de la dominante travaillée : centre et reprise. Comptabilisation de but uniquement sur centre.			Action de jeu sur des centres avec reprise	

Retour au calme (5') Bilan de la séance – Rangement du matériel par les enfants

Nombre de joueurs : Cycle : Évaluation de la séance : TB . B . AB . Moyen . Passable