

# KÜCK LUDOVIC

SAISON

2019

2020

## SEANCE

ANIMATION	PHASE DE JEU	PRINCIPE DE JEU	THEME TECHNIQUE	DOMINANTE ATHLETIQUE	DOMINANTE MENTALE	CYCLE	1	JOUR	JEUDI	INSTALLATION	CATEGORIE	S N°	DUREE
DEFENSIVE	S'OPPOSER	S'OPPOSER POUR ORIENTER ET RECUPERER	CORPS OBSTACLE - INTERCEPTION - DUEL	VITESSE ET ACCELERATION	ENGAGEMENT CONCENTRATION	MESOCYCLE	1	DATE	06/12/2018	CRT	U15	35	72
						MICROCYCLE	1	HEURE	10H15				

### MATERIEL

### EFFECTIF

Cerceaux	Haies petite	Haies moyenne	Haies grande	Lattes	Echelles	Steps	Lattes	trampoline	swiss ball	Cordes à sauter	Cones	Coupelles	Ballons	Plateaux	Constrit	Mannequin	Med-Ball	but	Mini-but	Chasubles	CHA ROUGE	CHA BLEU	CHA JAUNE	JOUEURS	GARDIEN	TOTAL
0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	20	20	0	2	0	0	2	4	20	10	10	0	18	2	20

### SEQUENCE N°1

### SEQUENCE N°2

PROCEDE PEDAGOGIQUE	Jeu	METHODE PEDAGOGIQUE	P.M.A.A	TPS W	NB REP	TPS REP	NB SERIE	TPS SERIE	DUREE DE W	TPS TOTAL R	DUREE TOTAL	PROCEDE PEDAGOGIQUE	Situation	METHODE PEDAGOGIQUE	P.M.D.T	TPS W	NB REP	TPS REP	NB SERIE	TPS SERIE	DUREE DE W	TPS TOTAL R	DUREE TOTAL
DIMENSIONS TERRAIN (en m)	L 70	I 90	P 320	5	3	3	1	0	15	6	21	DIMENSIONS TERRAIN (en m)	L 70	I 90	P 320	4	3	1	2	2	24	4	28

**COMPOTEMENTS ATTENDUS**

- Défendre en bloc
- Surnombre défensif à l'endroit du ballon
- Des joueurs qui resserrent et réforment les alignements
- Des joueurs qui contrôlent leur adversaire direct (contact visuel et physique)
- Des joueurs qui protègent leur espace de jeu
- Des joueurs qui orientent l'adversaire

**CONSIGNES / REGLES**

- DEF : 4-3-2 ; ATT : 3-4-2
- 9 contre 9
- OFF : récupération ZB ressort zone parking**
- But marqué en passant côté 1 pt
- But marqué en passant axe 3 pts
- Jeu au sol
- DEF : perte se placer en zone basse**
- But après récupération côté 1 pt
- But après récupération axe 3 pts
- But 5" après récupération majoré 2 pts

**CRITERES DE REALISATION**

- Des joueurs en vigilance et en lecture
- Orienté pour voir le ballon et l'adversaire (appui dynamique)
- Cadrer / couvrir / coulisser (Tps passes)
- Des joueurs qui communiquent et guident leurs partenaires
- Être à distance d'intervention
- Se placer entre l'adversaire et le but

**CRITERES DE REUSSITE**

- Nombre de ballons récupérés dans l'axe
- Nombre de buts encaissés (+ faible)
- S1 : W sur bloquer les couloirs
- S2 : Amener à jouer à l'intérieure
- S3 : combiné S1/S2

**EFFETS OBSERVES**

Presser / Interceptor / Dissuader / Aider Contrer

**COMPOTEMENTS ATTENDUS**

- Créer et apporter de la densité (bloc)
- Surnombre défensif à l'endroit du ballon
- Des courses défensives coordonnées à haute intensité (regard, timing,...)
- Des joueurs qui resserrent et réforment les alignements
- Des joueurs qui contrôlent leurs adversaire direct
- Des joueurs qui protègent leur espace de jeu
- Des joueurs qui orientent l'adversaire

**CONSIGNES / REGLES**

- DEF : 4-3-2 ; ATT : 3-4-2
- 9 contre 9
- OFF : récupération ZB ressort gardiens**
- But marqué en passant côté 1 pt
- But marqué en passant axe 3 pts
- Jeu au sol
- Pas + de 5 passes en zone basses
- DEF : perte se placer en zone médiane**
- But après récupération côté 1 pt
- But après récupération axe 3 pts
- But 7" après récupération majoré 2 pts

**CRITERES DE REALISATION**

- Des joueurs en vigilance et en lecture
- Orienté pour voir le ballon et l'adversaire
- Cadrer / couvrir / coulisser (Tps passes)
- Communiquer avec ses partenaires
- Être à distance d'intervention (1 bras)
- Se placer entre l'adversaire et le but
- Pressing axe et proche des portes

**CRITERES DE REUSSITE**

- Nombre de buts marqués
- Nombre de buts encaissés (+ faible)

**EFFETS OBSERVES**

Presser / Interceptor / Dissuader / Aider Contrer

**COMPOTEMENTS ATTENDUS**

- Créer et apporter de la densité (bloc)
- Surnombre défensif à l'endroit du ballon
- Des courses défensives coordonnées à haute intensité (regard, timing,...)
- Des joueurs qui resserrent et réforment les alignements
- Des joueurs qui contrôlent leurs adversaire direct
- Des joueurs qui protègent leur espace de jeu
- Des joueurs qui orientent l'adversaire vers l'intérieur du terrain

**CONSIGNES / REGLES**

- Central joue latéral qui ne peut lui remettre. Les bleus doivent effectuer un stop ball derrière la ligne des rouges en passant par les portes (Axe 3pt ; côté 1pt). Jeu aérien interdit
- Pas + de 5 touches collectives en zone basses (6 secondes pour franchir)
- Rouges au départ de l'action en zone basse (sauf les 10 et milieu)
- Les rouges à la récupération 5 passes 1 pt finir sur les mini-but 3pts.
- **8 ballons D + G / 10 ballons ensuite**

**CRITERES DE REALISATION**

- Des joueurs en vigilance et en lecture
- Orienté pour voir le ballon et l'adversaire
- Cadrer / couvrir / coulisser (Tps passes)
- Communiquer avec ses partenaires
- Être à distance d'intervention
- Se placer entre l'adversaire et le but
- Pressing axe et proche des portes

**CRITERES DE REUSSITE**

- Nombre de ballons récupérés et leur zone (axe/côté)
- Nombre de points encaissés (+ faible)
- SQ1 : par une conduite
- SQ2 : par une passe
- SQ3 : les deux

**EFFETS OBSERVES**

Comportement latéral (orienter intérieur)

**VEILLER A**

Presser / Interceptor / Dissuader / Aider Contrer

**COMPOTEMENTS ATTENDUS**

- Créer et apporter de la densité (bloc)
- Surnombre défensif à l'endroit du ballon
- Des courses défensives coordonnées à haute intensité (regard, timing,...)
- Des joueurs qui resserrent et réforment les alignements
- Des joueurs qui contrôlent leurs adversaire direct
- Des joueurs qui protègent leur espace de jeu
- Des joueurs qui orientent l'adversaire vers l'intérieur du terrain

**CONSIGNES / REGLES**

- DEF : 4-3-2 ; ATT : 3-4-2
- 9 contre 9
- OFF : récupération ZB ressort gardiens**
- But marqué en passant côté 1 pt
- But marqué en passant axe 3 pts
- Jeu au sol
- Pas + de 5 passes en zone basses
- DEF : perte se placer en zone médiane**
- But après récupération côté 1 pt
- But après récupération axe 3 pts
- But 7" après récupération majoré 2 pts

**CRITERES DE REALISATION**

- Des joueurs en vigilance et en lecture
- Orienté pour voir le ballon et l'adversaire
- Cadrer / couvrir / coulisser (Tps passes)
- Communiquer avec ses partenaires
- Être à distance d'intervention (1 bras)
- Se placer entre l'adversaire et le but
- Pressing axe et proche des portes

**CRITERES DE REUSSITE**

- Nombre de buts marqués
- Nombre de buts encaissés (+ faible)

**EFFETS OBSERVES**

Presser / Interceptor / Dissuader / Aider Contrer

EXIGENCE	4	CONCENTRATION	5	IMPLICATION	6	DETERMINATION	4	EXIGENCE	6	CONCENTRATION	7	IMPLICATION	7	DETERMINATION	6
----------	---	---------------	---	-------------	---	---------------	---	----------	---	---------------	---	-------------	---	---------------	---

### SEQUENCE N°3

### SEQUENCE N°4

PROCEDE PEDAGOGIQUE	Jeu	METHODE PEDAGOGIQUE	P.M.A.A	TPS W	NB REP	TPS REP	NB SERIE	TPS SERIE	DUREE DE W	TPS TOTAL R	DUREE TOTAL	PROCEDE PEDAGOGIQUE	Situation	METHODE PEDAGOGIQUE	P.M.D.T	TPS W	NB REP	TPS REP	NB SERIE	TPS SERIE	DUREE DE W	TPS TOTAL R	DUREE TOTAL
DIMENSIONS TERRAIN (en m)	L 80	I 90	P 340	5	3	4	1	0	15	8	23	DIMENSIONS TERRAIN (en m)	L	I	P						0	0	0

**COMPOTEMENTS ATTENDUS**

- Créer et apporter de la densité (bloc)
- Surnombre défensif à l'endroit du ballon
- Des courses défensives coordonnées à haute intensité (regard, timing,...)
- Des joueurs qui resserrent et réforment les alignements
- Des joueurs qui contrôlent leurs adversaire direct
- Des joueurs qui protègent leur espace de jeu
- Des joueurs qui orientent l'adversaire

**CONSIGNES / REGLES**

- DEF : 4-3-2 ; ATT : 3-4-2
- 9 contre 9
- OFF : récupération ZB ressort gardiens**
- But marqué en passant côté 1 pt
- But marqué en passant axe 3 pts
- Jeu au sol
- Pas + de 5 passes en zone basses
- DEF : perte se placer en zone médiane**
- But après récupération côté 1 pt
- But après récupération axe 3 pts
- But 7" après récupération majoré 2 pts

**CRITERES DE REALISATION**

- Des joueurs en vigilance et en lecture
- Orienté pour voir le ballon et l'adversaire
- Cadrer / couvrir / coulisser (Tps passes)
- Communiquer avec ses partenaires
- Être à distance d'intervention (1 bras)
- Se placer entre l'adversaire et le but
- Pressing axe et proche des portes

**CRITERES DE REUSSITE**

- Nombre de buts marqués
- Nombre de buts encaissés (+ faible)

**EFFETS OBSERVES**

Presser / Interceptor / Dissuader / Aider Contrer

**COMPOTEMENTS ATTENDUS**

- Créer et apporter de la densité (bloc)
- Surnombre défensif à l'endroit du ballon
- Des courses défensives coordonnées à haute intensité (regard, timing,...)
- Des joueurs qui resserrent et réforment les alignements
- Des joueurs qui contrôlent leurs adversaire direct
- Des joueurs qui protègent leur espace de jeu
- Des joueurs qui orientent l'adversaire

**CONSIGNES / REGLES**

- DEF : 4-3-2 ; ATT : 3-4-2
- 9 contre 9
- OFF : récupération ZB ressort gardiens**
- But marqué en passant côté 1 pt
- But marqué en passant axe 3 pts
- Jeu au sol
- Pas + de 5 passes en zone basses
- DEF : perte se placer en zone médiane**
- But après récupération côté 1 pt
- But après récupération axe 3 pts
- But 7" après récupération majoré 2 pts

**CRITERES DE REALISATION**

- Des joueurs en vigilance et en lecture
- Orienté pour voir le ballon et l'adversaire
- Cadrer / couvrir / coulisser (Tps passes)
- Communiquer avec ses partenaires
- Être à distance d'intervention (1 bras)
- Se placer entre l'adversaire et le but
- Pressing axe et proche des portes

**CRITERES DE REUSSITE**

- Nombre de buts marqués
- Nombre de buts encaissés (+ faible)

**EFFETS OBSERVES**

Presser / Interceptor / Dissuader / Aider Contrer

**COMPOTEMENTS ATTENDUS**

- Créer et apporter de la densité (bloc)
- Surnombre défensif à l'endroit du ballon
- Des courses défensives coordonnées à haute intensité (regard, timing,...)
- Des joueurs qui resserrent et réforment les alignements
- Des joueurs qui contrôlent leurs adversaire direct
- Des joueurs qui protègent leur espace de jeu
- Des joueurs qui orientent l'adversaire

**CONSIGNES / REGLES**

- DEF : 4-3-2 ; ATT : 3-4-2
- 9 contre 9
- OFF : récupération ZB ressort gardiens**
- But marqué en passant côté 1 pt
- But marqué en passant axe 3 pts
- Jeu au sol
- Pas + de 5 passes en zone basses
- DEF : perte se placer en zone médiane**
- But après récupération côté 1 pt
- But après récupération axe 3 pts
- But 7" après récupération majoré 2 pts

**CRITERES DE REALISATION**

- Des joueurs en vigilance et en lecture
- Orienté pour voir le ballon et l'adversaire
- Cadrer / couvrir / coulisser (Tps passes)
- Communiquer avec ses partenaires
- Être à distance d'intervention (1 bras)
- Se placer entre l'adversaire et le but
- Pressing axe et proche des portes

**CRITERES DE REUSSITE**

- Nombre de buts marqués
- Nombre de buts encaissés (+ faible)

**EFFETS OBSERVES**

Presser / Interceptor / Dissuader / Aider Contrer

**COMPOTEMENTS ATTENDUS**

- Créer et apporter de la densité (bloc)
- Surnombre défensif à l'endroit du ballon
- Des courses défensives coordonnées à haute intensité (regard, timing,...)
- Des joueurs qui resserrent et réforment les alignements
- Des joueurs qui contrôlent leurs adversaire direct
- Des joueurs qui protègent leur espace de jeu
- Des joueurs qui orientent l'adversaire

**CONSIGNES / REGLES**

- DEF : 4-3-2 ; ATT : 3-4-2
- 9 contre 9
- OFF : récupération ZB ressort gardiens**
- But marqué en passant côté 1 pt
- But marqué en passant axe 3 pts
- Jeu au sol
- Pas + de 5 passes en zone basses
- DEF : perte se placer en zone médiane**
- But après récupération côté 1 pt
- But après récupération axe 3 pts
- But 7" après récupération majoré 2 pts

**CRITERES DE REALISATION**

- Des joueurs en vigilance et en lecture
- Orienté pour voir le ballon et l'adversaire
- Cadrer / couvrir / coulisser (Tps passes)
- Communiquer avec ses partenaires
- Être à distance d'intervention (1 bras)
- Se placer entre l'adversaire et le but
- Pressing axe et proche des portes

**CRITERES DE REUSSITE**

- Nombre de buts marqués
- Nombre de buts encaissés (+ faible)

**EFFETS OBSERVES**

Presser / Interceptor / Dissuader / Aider Contrer

EXIGENCE	5	CONCENTRATION	6	IMPLICATION	6	DETERMINATION	7	EXIGENCE		CONCENTRATION		IMPLICATION		DETERMINATION	
----------	---	---------------	---	-------------	---	---------------	---	----------	--	---------------	--	-------------	--	---------------	--