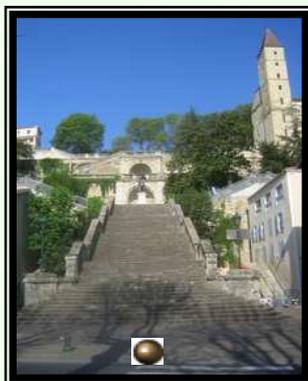


**Journées de
Détection/Perfectionnement
Départementale
U13 Nés en 2005**

Mardi 27 & Mercredi 28 Février 2018



Auch

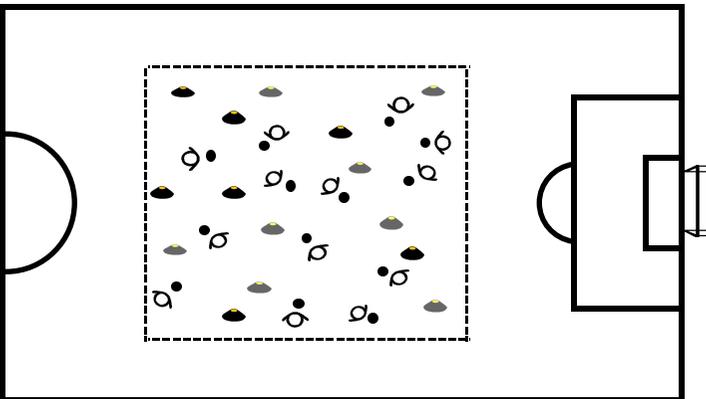
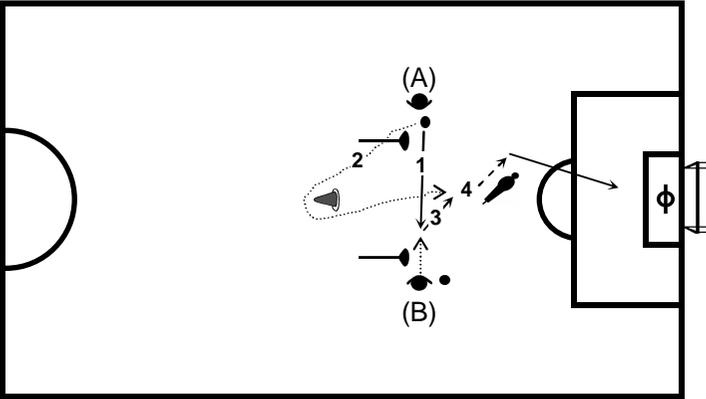
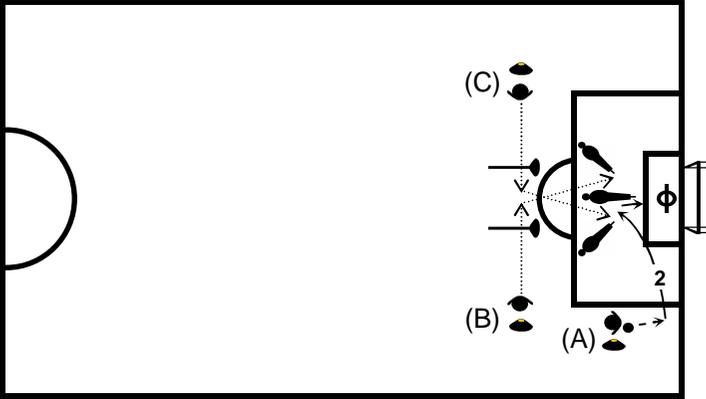
**District
du Gers de Football**

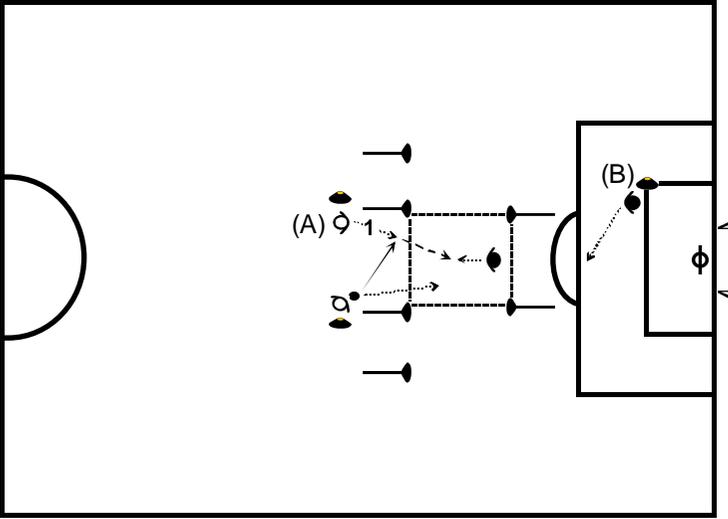
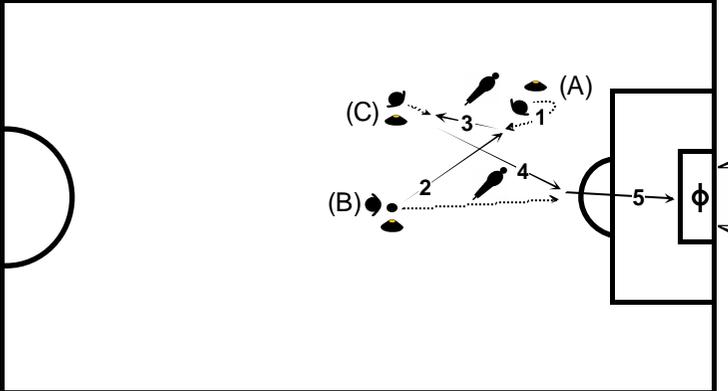
Encadrement :

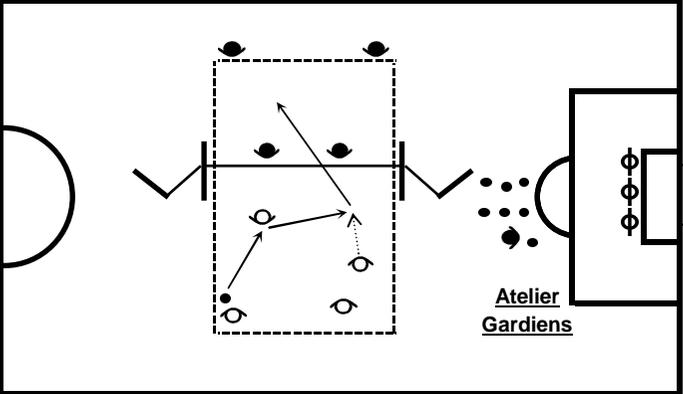
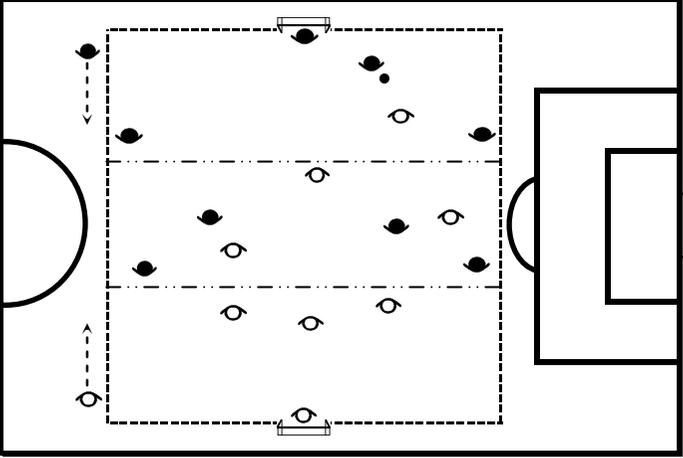
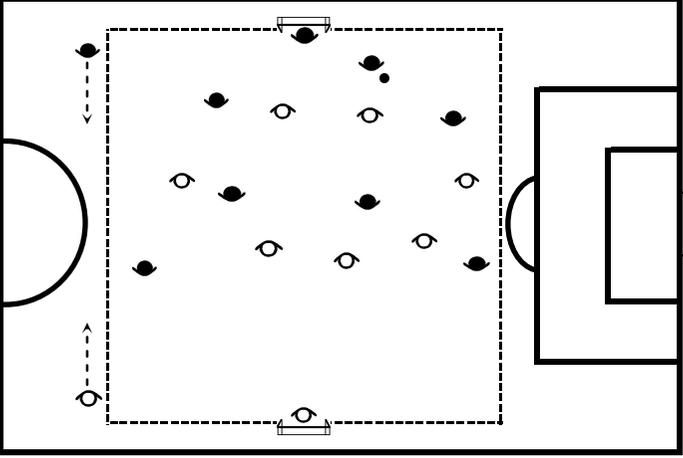
MARSEILLOU Patrice (CTD)

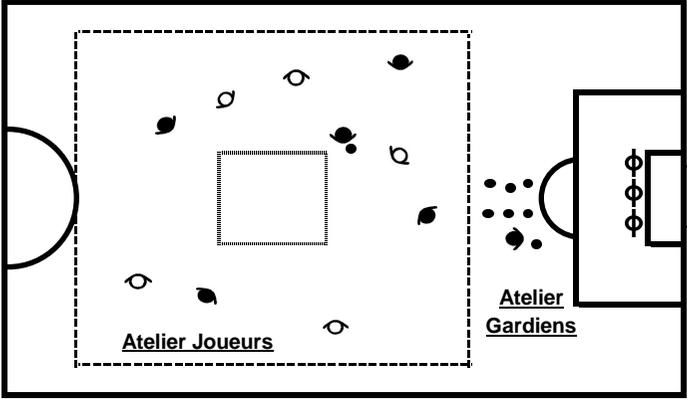
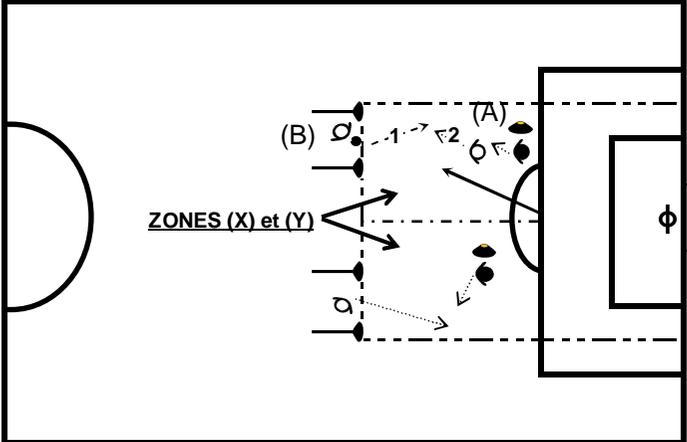
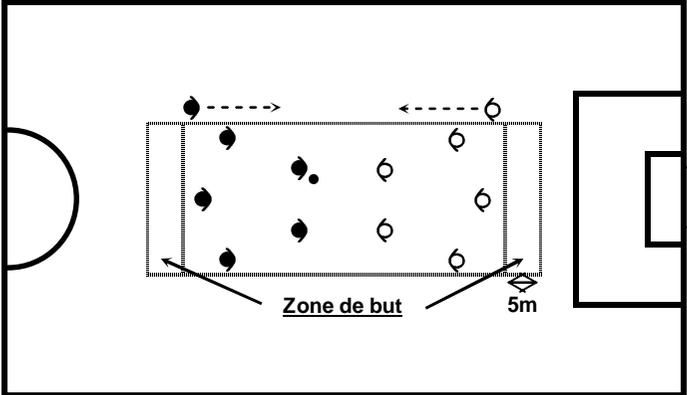
Membres de la Commission
Technique Départementale
des Jeunes.

SAISON 2017-2018

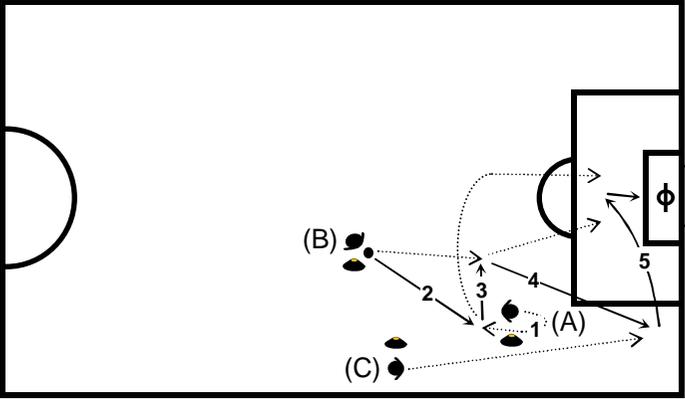
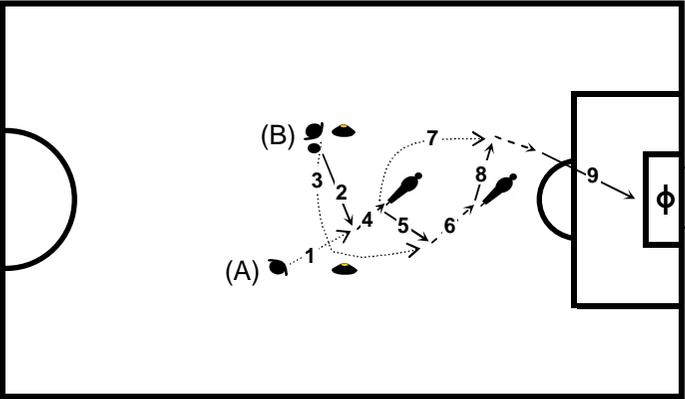
OBJECTIFS	EXERCICES	LEGENDE :  = Course sans ballon.  = Course avec ballon.  = Passe ou tir.	MATERIEL
<p>Echauffement : 15' Prise en main du groupe</p> <p><u>Déséquilibre Finir :</u> Refaire les gammes sur geste.</p>	<p>Consignes :</p> <ul style="list-style-type: none"> * Seul avec un ballon, dans une zone de 20mX20m * Mettre des assiettes de deux couleurs différentes éparpillées dans la zone. * Sur les ordres de l'éducateur : Les joueurs enchaînent différents gestes techniques. * Chaque geste est effectué du bon pied devant une couleur d'assiette et du mauvais pied sur l'autre couleur. * <u>Variantes :</u> <ul style="list-style-type: none"> - Enchaîner les gestes d'un seul pied. - Enchaîner les gestes en alternant bon et mauvais pied. - Enchaîner deux gestes du bon pied et deux du mauvais pied. <p>Remarques : Etre exigeant sur la qualité et le respect du choix du geste. Rechercher, si possible, la rapidité d'exécution.</p>		<p>Assiettes</p> <p>1 ballon par joueur</p>
<p>Exercice Analytique 20' Conserver Progresser</p> <p><u>Passes, contrôles et dribbles :</u> Sprint pour reprendre un ballon d'un partenaire. puis enchaînement d'un dribble.</p>	<p>Consignes : ATELIER N°1 : 1 groupe</p> <ul style="list-style-type: none"> * Seul avec un ballon + Un gardien. * 1- (A) fait une passe à (B) puis, 2- (A) contourne le cône en sprintant. 3- (B) remise dans la course de (A). 4- (A) récupère la passe de (B) et exécute face à l'adversaire (Mannequin) le dribble demandé par l'éducateur puis frappent au but. * Dès que (B) à fait la remise, il prend son ballon et à son tour fait l'exercice. Dans se cas c'est un joueur du groupe (A) qui remise le ballon etc... * Varier les objectifs de passes, les formes de sprints et dribbles. * Possibilité d'effectuer les remises au sol puis aériennes. <p>Remarques : Doser les remises pour que celles-ci soient, dans le temps et dans la course du partenaire.</p>		<p>Assiettes</p> <p>1 ballon par joueur</p> <p>2 constris</p> <p>1 Mannequin</p> <p>1 cône</p>
<p>Exercice Adaptatif 20' Déséquilibre-Finir</p> <p><u>Déplacement sur volée, 1/2 volée :</u> Reprise sur centre après une course dictée par un partenaire et face à des adversaires statiques.</p>	<p>Consignes : ATELIER N°2 : 1 groupe</p> <ul style="list-style-type: none"> * Par trois avec un ballon + Un gardien. * 1- (B) et (C) font un appel dans une porte (Fausse piste) puis le joueur (B) en franchissant la porte, annonce s'il va couper au 1er ou 2ème poteau. Le joueur (C) coupe au poteau laissé libre. 2- (A) centre dans la course de (B) et (C) dès qu'ils franchissent la porte. * Faire l'exercice du côté droit et gauche du but. * Etre exigeant sur le déplacement des attaquants. <u>Variante sur les centres :</u> <ul style="list-style-type: none"> - 1er et 2ème poteau. Tendus. Brossés etc... <p>Remarques : Demander au joueur d'attaquer le ballon le plus vite possible. Etre exigeant sur la qualité du geste plus que sur la force de frappe.</p>		<p>Assiettes</p> <p>1 ballon pour 3</p> <p>Mannequins</p>
<p>Observations Générales sur la Séance :</p>	<p>Pour les joueurs : Au début de la séance, 4 groupes sont constitués : Les groupes alternent les ateliers.</p> <p>Pour les gardiens : Travail spécifique de tous les gardiens lors de l'échauffement.</p>		

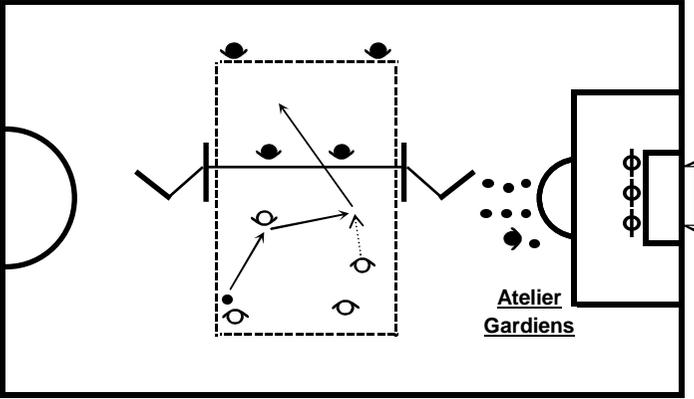
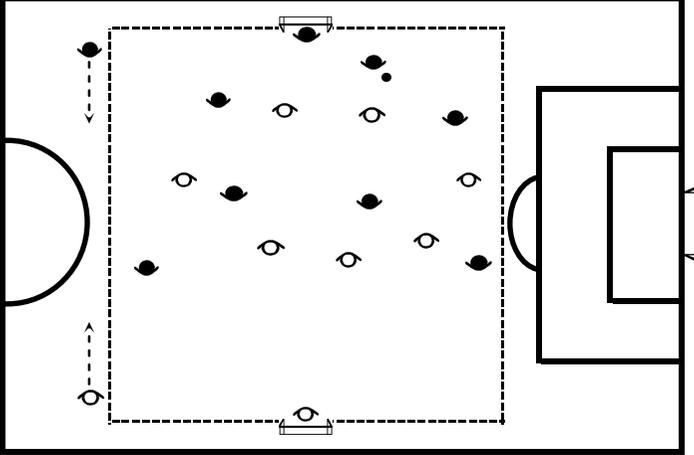
OBJECTIFS	EXERCICES	LEGENDE :  = Course sans ballon.  = Course avec ballon.  = Passe ou tir.	MATERIEL
<p>Situation 20'</p> <p>Problème : Déséquilibre-Finir</p> <p><u>Créer de l'incertitude</u> Objectifs des attaquants :</p> <ul style="list-style-type: none"> -Déséquilibrer son adversaire par le dribble. -Eviter le retour d'un adversaire. -Si pas de déséquilibre, conserver le ballon. 	<p>Consignes : ATELIER N°3 : 1 groupe</p> <ul style="list-style-type: none"> * 2 contre 1 dans la partie finition + Un gardien. * Tracer une zone de 8mX8m. * Les attaquants marquent dans le but après que le ballon soit sorti de la zone, entre les deux constris, protégée par un défenseur. * Les défenseurs marquent dans l'unedes deux portes. <p>Départ de la situation :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1- (A) fait un appel de balle pour recevoir une passe de son partenaire. * Dès qu'un attaquant franchi la porte, (B) peut défendre. * Dès que le défenseur dribblé touche son constri extérieur, il peut continuer à défendre. * Si le ballon sort de la zone de jeu par un autre côté que celui des deux constris, après 20" ; La situation est terminée. <p>* Varier la position de départ du défenseur (B).</p> <p>Remarques : Demander à l'attaquant qui sort de la zone, de pénétrer le plus rapidement possible dans la surface de réparation.</p>		<p>Assiettes</p> <p>1 ballon pour 4</p> <p>2 constris</p> <p>2 couleurs de chasubles</p>
<p>Exercice Analytique 20'</p> <p>Déséquilibre-Finir</p> <p><u>Placement et déplacement pour prendre des espaces libres :</u> Animation offensive à 3 afin de prendre l'espace laissé libre dans l'axe pour se mettre en situation de frappe.</p>	<p>Consignes : ATELIER N°4 : 1 groupe</p> <ul style="list-style-type: none"> * Par trois avec un ballon + Un gardien. * 1- (A) fait appel contre-appel pour recevoir une passe de (B) dans les pieds. * 2- (B) fait une passe dans le course de (A) puis sollicite le ballon plein axe. * 3- (A) donne en soutien à (C) après que celui-ci ait sollicité le ballon. * 4- (C) donne dans la course de (B) dans l'espace laissé libre et avant que celui-ci soit en position de hors jeu. * 5- (B) contrôle puis frappe au but. * Faire l'exercice du côté droit et gauche du but. <p>Remarques : Etre exigeant sur la qualité des appels de balles et de passes. Respecter la notion espace/temps dans les appels de balles et de passes.</p>		<p>Assiettes</p> <p>1 ballon pour 3</p> <p>Mannequins</p>

OBJECTIFS	EXERCICES	LEGENDE :> = Course sans ballon. - - - -> = Course avec ballon. —> = Passe ou tir.	MATÉRIEL
<p>Echauffement : 20' Prise en main du groupe</p> <p><u>Jongleries, contrôles et passes :</u> Libre, sous forme joué.</p> <p><u>Gardiens/Spécifique :</u> Prise de balle</p>	<p>Consignes :</p> <ul style="list-style-type: none"> * Jeu, tennis ballon, 4 contre 4 sur une surface de 10mX10m. * Obliger les joueurs à se faire au moins une passe avant de renvoyer le ballon dans le camps adverse. * Autoriser plusieurs touches de balle. * Définir le nombre de rebonds au sol, avant que le point ne soit marqué, en fonction du niveau des joueurs. * Interdit de marquer sur l'engagement. * <u>Variantes :</u> <ul style="list-style-type: none"> - Modifier le nombre de passes entre les partenaires. - Modifier le nombre de touches de balle par joueurs. - Autoriser un nombre maximum de touches de balle par équipe. <p>Remarque : Rechercher la maîtrise du ballon, avant la force de frappe.</p>		<p>Assiettes</p> <p>1 ballon</p> <p>Rubalise pour le filet</p> <p>4 piquets pour le filet</p>
<p>Jeu 3x15' Conserver-Progresser</p> <p><u>S'organiser pour relancer de derrière :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -Etre tous concernés par l'acte offensif. -Relancer de derrière. -Utiliser, un défenseur inattaquable pour faire tourner le ballon. 	<p>Consignes :</p> <ul style="list-style-type: none"> * Jeu 8 contre 8 sur 1/2 terrain, avec deux buts de foot à 8. * Règles foot à 8. * Jeu organisé en 3-2-2. * Tracer deux lignes dans le sens de la largeur du terrain. * La zone du milieu étant moins large que les deux autres. * Interdiction de défendre, dans la zone défensive, pour l'équipe adverse sauf pour un joueur. <p>Remarques : Dès la récupération du ballon dans la zone défensive, demander aux latéraux de s'écarter et de se positionner pour recevoir le ballon.</p>		<p>Assiettes</p> <p>1 ballon</p> <p>2 couleurs de chasubles</p> <p>4 constris pour 2 buts</p>
<p>Jeu 3x15' Match Libre</p> <p><u>Tournoi :</u></p>	<p>Consignes :</p> <p><u>Tournoi :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> * Toutes les équipes se rencontrent. * Jeu 8 contre 8 sur 1/2 terrain, avec deux buts de foot à 8. * Règles foot à 8. * Jeu organisé en 3-2-2. * Observer et laisser jouer. <p>Observation des capacités et attitudes</p> <p><u>Technique :</u> Duels (Déf. et Off.), prise de risques (tirs)</p> <p><u>Tactique :</u> Jeu à 2, à 3, 1-2, jeu instantané</p> <p><u>Jeu :</u> Analyse des situations, spontanéité des choix</p> <p><u>Physique :</u> Appuis, maîtrise des espaces, engagement</p> <p><u>Mental :</u> Volonté, combativité...</p>		<p>Assiettes</p> <p>1 ballon</p> <p>2 couleurs de chasubles</p> <p>4 constris pour 2 buts</p>
<p>Observations</p>	<p>Pour les joueurs : Au début de la séance, 4 groupes sont constitués : Les groupes alternent les ateliers.</p> <p>Pour les gardiens : Travail spécifique de tous les gardiens lors de l'échauffement.</p>		

OBJECTIFS	EXERCICES	LEGENDE :→ = Course sans ballon. - - - - - → = Course avec ballon. —→ = Passe ou tir.	MATÉRIEL
<p>Echauffement : 20' Prise en main du groupe</p> <p><u>Conserver-Progresser</u> Se déplacer pour aider le porteur</p> <p><u>Gardiens/Spécifique :</u> Prise de balle</p>	<p>Consignes :</p> <ul style="list-style-type: none"> * Jeu 5 contre 5 sur une surface de 50mX40m. * Tracer une zone axiale de 8mX8m. * Passe à dix. * Le joueur en possession du ballon est inattaquable dans la zone axiale. * Touches de balle libres, trois puis deux. * Dix passes réussies : Un point de pénalité à l'équipe qui défend. <p>Remarques : Obliger les joueurs qui attaquent à s'écarter du porteur du ballon. Obliger les joueurs à être toujours en mouvement.</p>		<p>Assiettes</p> <p>Ballons</p> <p>2 couleurs de chasubles</p>
<p>Situation 20' Problème : Déséquilibre-Finir</p> <p>Objectifs des attaquants : -Utiliser la supériorité numérique pour aller de l'avant. -Prendre la largeur.</p>	<p>Consignes : ATELIER N°1 : 1 groupe</p> <ul style="list-style-type: none"> * 2 contre 1 sur 30mX30m. * Les attaquants marquent dans le but, les défenseurs marquent dans l'une des deux portes. * Compter le Hors Jeu * Départ de la situation : 1- (A), l'attaquant sollicite le ballon sur le côté. 2- (B), son partenaire, fait une passe dans sa course. Dès que (B) a fait la passe, les cinq joueurs jouent réels. * 1 seul défenseur peut défendre en Zone (X) et (Y). <p>Remarques : Les attaquants doivent aller le plus vite possible au but.</p>		<p>Assiettes</p> <p>1 ballon pour 5</p> <p>5 constris</p> <p>2 couleurs de chasubles</p>
<p>Jeu 20' Conserver Progresser</p> <p><u>Jeu Horizontal :</u> Appel de balle en profondeur.</p>	<p>Consignes : ATELIER N°2 : 1 groupe</p> <ul style="list-style-type: none"> * Jeu, 5 contre 5 sans gardien sur une surface de 15,5mX40,32m. * Passer le ballon dans la Zone But dans la course d'un partenaire. * Le défenseur est inattaquable derrière sa ligne défensive. <p>Objectifs : <u>En possession :</u> Conserver haut, appeler dans le dos de la défense, doser la passe. <u>En défense :</u> Interdire le jeu dans le dos... <u>Transition :</u> Changer de statut rapidement <u>Variante :</u> Compter le hors jeu.</p> <p>Remarque : Interdiction de se positionner en Zone But avant la passe</p>		<p>Assiettes</p> <p>1 ballon</p> <p>2 couleurs de chasubles</p> <p>4 constris pour 2 buts</p>

Observations Générales sur la séance : Au début de la séance, 4 groupes sont constitués. L'échauffement est identique pour tous les groupes. Les groupes alternent les ateliers.

OBJECTIFS	EXERCICES	LEGENDE :  = Course sans ballon.  = Course avec ballon.  = Passe ou tir.	MATRIEL
<p>Exercice 20' Adaptatif Déséquilibre-Finir</p> <p>Placement et déplacement pour laisser des espaces libres : Animation offensive à 3 afin d'amener l'adversaire dans l'axe et de libérer le côté pour permettre un partenaire de se mettre en situation de centre.</p>	<p>Consignes : ATELIER N°3 : 1 groupe</p> <ul style="list-style-type: none"> * Par trois avec un ballon + Un gardien. * 1- (A), fait appel contre-appel pour recevoir une passe de (B) dans les pieds. * 2- (B) fait une passe à (A) puis sollicite un une-deux, * 3- (A) remise en soutien sur (B) et sollicite (Fausse piste) dans son dos. * 4- (B) donne dans la course de (C) dans l'espace laissé libre, après que celui-ci ait sollicité le ballon et avant qu'il soit en position de hors jeu. * 5- (C) centre dans la course de (A) et (B). * Faire l'exercice du côté droit et gauche du but. <p>Remarques : Etre exigeant sur la qualité des appels de balles et de passes. Respecter la notion espace/temps dans les appels de balles et de passes.</p>		<p>Assiettes 1 ballon pour 3</p>
<p>Exercice 20' Analytique Déséquilibre-Finir</p> <p>Placement et déplacement pour prendre des espaces libres : Appel de balle dans le le dos du partenaire.</p>	<p>Consignes : ATELIER N°4 : 1 groupe</p> <ul style="list-style-type: none"> * Par deux avec un ballon + Un gardien. * 1- (A), fait un appel pour recevoir une passe de (B) dans la course, * 2- (B) fait la passe dans la course de (A) puis, * 3- (B) sollicite le ballon dans son dos, * 4- (A) conduit le ballon pour fixer son adversaire direct (Mannequin). * 5- (A) fait une passe dans la course de (B), * 6- (B) conduit le ballon pour fixer son adversaire direct (Mannequin). * 7- (A) sollicite le ballon dans l'espace laissé libre, * 8- (B) fait une passe dans la course de (A), avant que celui-ci soit en position de hors jeu. * 9- (A) contrôle puis frappe au but. * Faire l'exercice du côté droit et gauche du but. <p>Remarques : Les passes doivent être synchronisées avec les appels de balle.</p>		<p>Assiettes 1 ballon pour 2 Mannequins</p>

OBJECTIFS	EXERCICES	LEGENDE :> = Course sans ballon. - - - -> = Course avec ballon. —> = Passe ou tir.	MATERIEL
<p>Echauffement : 20' Prise en main du groupe</p> <p><u>Jongleries, contrôles et passes :</u> Libre, sous forme joué.</p> <p><u>Gardiens/Spécifique :</u> Prise de balle</p>	<p>Consignes :</p> <ul style="list-style-type: none"> * Jeu, tennis ballon, 4 contre 4 sur une surface de 10mX10m. * Obliger les joueurs à se faire au moins une passe avant de renvoyer le ballon dans le camps adverse. * Autoriser plusieurs touches de balle. * Définir le nombre de rebonds au sol, avant que le point ne soit marqué, en fonction du niveau des joueurs. * Interdit de marquer sur l'engagement. * <u>Variantes :</u> <ul style="list-style-type: none"> - Modifier le nombre de passes entre les partenaires. - Modifier le nombre de touches de balle par joueurs. - Autoriser un nombre maximum de touches de balle par équipe. <p>Remarque : Rechercher la maîtrise du ballon, avant la force de frappe.</p>		<p>Assiettes</p> <p>1 ballon</p> <p>Rubalise pour le filet</p> <p>4 piquets pour le filet</p>
<p>Jeu 3x20' Match Libre</p> <p><u>Tournoi :</u></p>	<p>Consignes :</p> <p><u>Tournoi :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> * Toutes les équipes se rencontrent. * Jeu 8 contre 8 sur 1/2 terrain, avec deux buts de foot à 8. * Règles foot à 8. * Jeu organisé en 3-2-2. * Observer et laisser jouer. <p>Observation des capacités et attitudes</p> <p><u>Technique :</u> Duels (Déf. et Off.), prise de risques (tirs)</p> <p><u>Tactique :</u> Jeu à 2, à 3, 1-2, jeu instantané</p> <p><u>Jeu :</u> Analyse des situations, spontanéité des choix</p> <p><u>Physique :</u> Appuis, maîtrise des espaces, engagement</p> <p><u>Mental :</u> Volonté, combativité...</p>		<p>Assiettes</p> <p>1 ballon</p> <p>2 couleurs de chasubles</p> <p>4 constris pour 2 buts</p>
<p>Observations Générales sur la Séance :</p>	<p>Remarques :</p> <p><u>Organisation de la séance :</u> Au début de la séance, 4 groupes sont constitués. L'échauffement est identique pour tous les groupes.</p>		

