



PROGRAMMATION U11 2019-2020

AVRIL

Semaine	S14 30 -05	S15 06 - 12	S16 13 - 19	S17 20 - 26
Thème	Jouer combiné (jeu à 2, à 3)		Améliorer la capacité des offensifs à déclencher un pressing	
Phase de jeu	CONSERVER-PROGRESSER			S'OPPOSER A LA PROGRESSION
Principes de jeu	Jouer combiné (jeu à 2, à 3) → Etablir des relations privilégiées par binôme, trios. → Jouer en appui-remise, en appui-remise pour un 3ème			S'organiser en déséquilibre → Empêcher les adversaires à prendre de la vitesse, de jouer vers l'avant → Réduire l'espace de jeu effectif de l'adversaire
Comportements attendus	Se rendre disponible → Donner et se déplacer, se déplacer pour voir et être vu et accessible			Prioriser la défense du couloir de jeu direct
Technique	Passe			Recul frein
Physique	Coordination			Vitesse / Vivacité
Constantes	Communication			Efficacité

MAI

Semaine	S18 27 - 03	S19 04 - 10	S20 11- 17	S21 18 - 24
Thème	Jouer en profondeur après un décalage			
Phase de jeu	DESEQUILIBRER - FINIR			
Principes de jeu	Jouer en profondeur après un décalage → Prendre de la vitesse → Percuter / Donner			
Comportements attendus	Surprendre → Feinter, se déplacer à l'opposé de la course du def, changer de direction Prendre de la vitesse → Gagner et conserver un temps d'avance (appels et déplacements)			TRAVAILLER SELON LES LACUNES
Technique	Tir			
Physique	Coordination			

Constantes

Gestion des émotions