



PROGRAMMATION U11 2020-2021

FEVRIER

Semaine	S5 01 - 07	S6 08 - 14	S7 15 - 21	S8 22 - 28
Thème	Améliorer la création et l'utilisation de la largeur et profondeur		Améliorer la capacité des défenseurs et du Gdb à repartir proprement	
Phase de jeu	CONSERVER-PROGRESSER		CONSERVER-PROGRESSER	
Principes de jeu	Créer et utiliser des espaces → Agrandir l'espace de jeu effectif sur la largeur et la profondeur		Jouer dans les intervalles et entre les lignes → Recherche ou création du joueur libre → Jouer vers l'avant	
Comportements attendus	Coordonner et synchroniser les déplacements → Occuper rationnellement le terrain, multiplier les solutions pour le PB		Etre orienté → De 3/4 pour pouvoir enchaîner vers l'avant Eviter les duels → Progresser quand l'espace est libre, sinon fixer et passer	
Technique	Passe		Conduite	
Physique	Coordination		Vitesse / Vivacité	
Constantes	Engagement		Gestion des émotions	

MARS

Semaine	S9 01 - 07	S10 08 - 14	S11 15 - 21	S12 22 - 28
Thème	Améliorer la capacité des défenseurs à défendre en infériorité numérique		Jouer à l'opposé après avoir fixé collectivement	
Phase de jeu	S'ORGANISER POUR RECUPERER		DESEQUILIBRER-FINIR	
Principes de jeu	S'organiser en déséquilibre → Prioriser l'axe ballon-but → Ne pas se faire éliminer et favoriser le retour à l'équilibre		Jouer à l'opposé après avoir fixé collectivement → Alternier le jeu court et le jeu long	
Comportements attendus	Orienter → Le PB vers la zone de densité des partenaires ou la périphérie du terrain Respecter les distances d'intervention → Entre partenaires et adversaires, rester liés entre partenaires (+ GdB)		Donner à un partenaire qui à un espace et un temps de lecture suffisants → Donner à un partenaire qui à un espace et un temps de lecture suffisant	
Technique	Recul frein		Dribble	
Physique	Coordination		Vitesse / Vivacité	
Constantes	Communication		Prise d'information	