

1913 - 2018



105 ans

FOOT A 11 – U17 R1

MERCREDI 13/03/2019

16+2

MET-JEU

Jouer dans espace libre

18H30-19H

Jouer dans le dos de la défense pour déséquilibrer

	0		4		4		9		0		9		0		0
--	---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	---

BUT

Trouver un joueur dans zone SB = 1pt

CONSIGNES

1/MET

Deux groupes de 9 – Autonomie 2 ballons

8min

2/JEU

9 VS 9 (4-2-3)

Hors jeu à la médiane

Jeu au sol uniquement

3x5min

VARIANTE(S)

Insérer deux joker 8vs8 +2jk

Autoriser aérien

Reculer zone de hors jeu (def bloc bas)

VEILLER À

Timing des appels (appels avant passe)

Attaquer le bon espace

Qualité des prises d'infos

NOE
MATEO

ANDO
MEHDI
EUCLIDES
KEVIN
JULEN

PEIO
CEDRIC
MOMO
JF
PAUL

LUCAS.V

BENZE
FLO
BABOU
IBAN
XAN

2

5

6

5

1913 - 2018



105 ans

FOOT A 11 – U17 R1

MERCREDI 13/03/2019

16+2

EXERCICE

Jouer dans espace libre

19H-19H25

Jouer dans le dos de la défense pour déséquilibrer

	0		4		0		8		0		8		0		2
--	---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	---

BUT

Première équipe qui marque = 1pt

CONSIGNES

Deux groupes de 8

Deux par poste rotation toutes les 2min

V1

Appui-soutien-troisième

10min

V2

Appui-soutien-libérer espace pour troisième

10min

VARIANTE(S)

VEILLER À

Jouer ballon en mouvement

Timing des appels

Qualité de passe devant joueur

NOE
MATEO

ANDO
MEHDI
EUCLIDES
KEVIN
JULEN

PEIO
CEDRIC
MOMO
JF
PAUL

LUCAS.V

BENZE
FLO
BABOU
IBAN
XAN

2

5

6

5

1913 - 2018



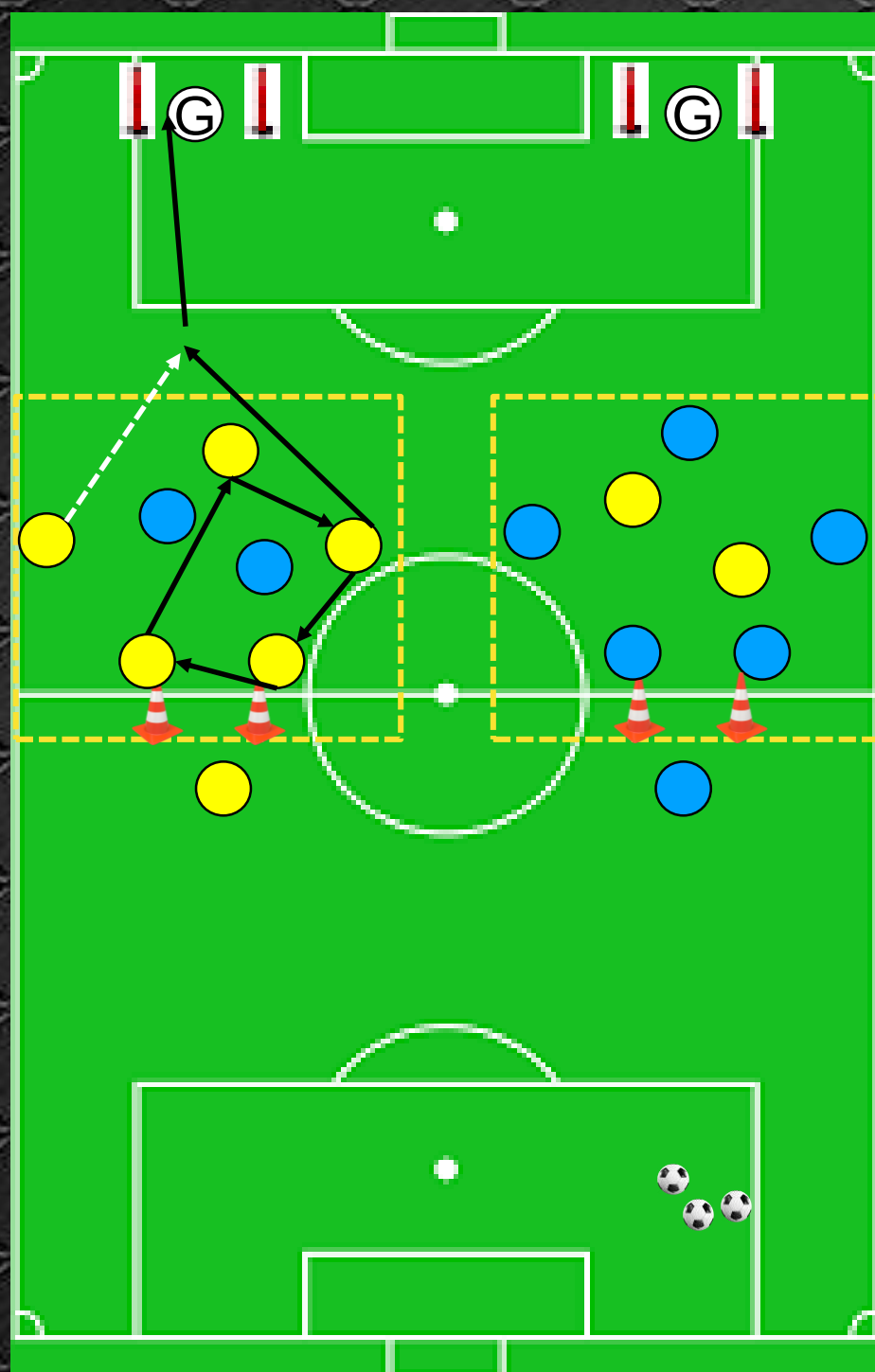
105 ans

FOOT A 11 – U17 R1

MERCREDI 13/03/2019

16+2

SITUATION	Jouer dans espace libre
19H25-19H50	Jouer dans le dos de la défense pour déséquilibrer



	0		4		4		8		0		8		0		2
--	---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	---

BUT	Marquer=1pt
CONSIGNES	5vs2 <u>OFF:</u> 3 passes avant pouvoir attaquer Obligation trouver joueur par une passe en profondeur 2x10min (circuit gauche/droite)
VARIANTE(S)	5vs3 Autoriser un défenseur à défendre sur l'attaquant trouver en profondeur
VEILLER À	Créer ligne de passe pour porteur Coordonner appels (pied/profondeur) Position du corps 3/4

NOE MATEO	ANDO MEHDI EUCLIDES KEVIN JULEN	PEIO CEDRIC MOMO JF PAUL	LUCAS.V BENZE FLO BABOU IBAN XAN
2	5	6	5

1913 - 2018



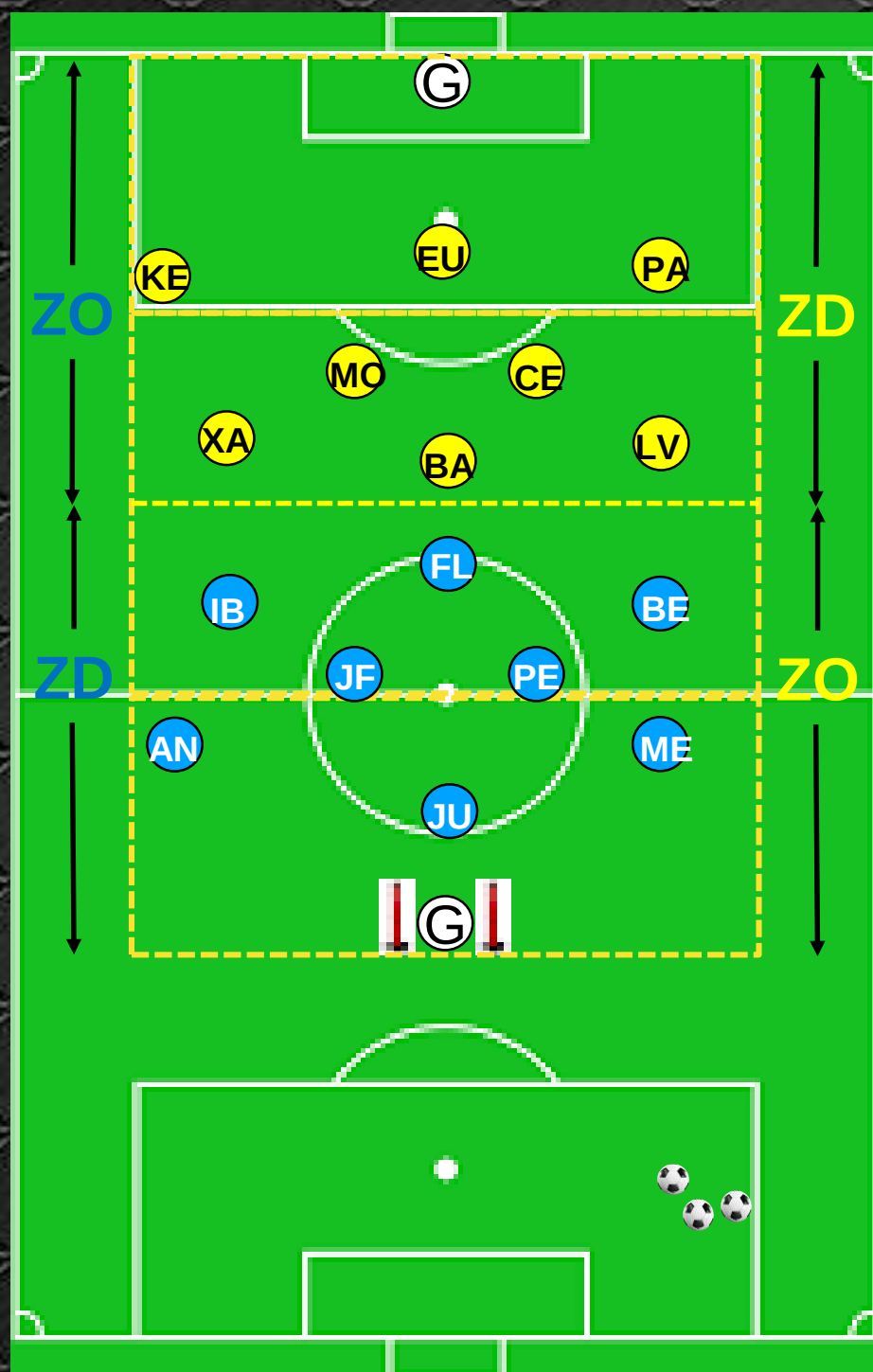
105 ans

FOOT A 11 – U17 R1

MERCREDI 13/03/2019

16+2

SITUATION	Jouer dans espace libre
19H50-20H15	Jouer dans le dos de la défense pour déséquilibrer



	0		2		0		8		0		8		0		2
--	---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	---

BUT	Marquer =1pt
CONSIGNES	8vs8 +2GB (3-2-3) <u>DEF:</u> Obligation de défendre dans ZO <u>OFF:</u> Récupération du ballon repartir de la ZD ou marquer en 3sec max 2x10min
VARIANTE(S)	Modifier hauteur ligne défensive Agrandir largeur
VEILLER À	Coordonner appels (pied/profondeur) Timing appels Prise d'informations

NOE MATEO	ANDO MEHDI EUCLIDES KEVIN JULEN	PEIO CEDRIC MOMO JF PAUL	LUCAS.V	BENZE FLO BABOU IBAN XAN
2	5	6		5