

1913 - 2018



105 ans

FOOT A 11 – U17 R1

VENDREDI 15/03/2019

16+2

MET-JEU

Jouer dans espace libre

18H30-18H55

Jouer dans le dos de la défense pour déséquilibrer

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

BUT

Trouver un joueur dans zone SB = 1pt

CONSIGNES

MET

Colonne passe et suit deux groupes de 8
7min

JEU

8vs8 (2-3-2)
Jeu libre
2x7min

VARIANTE(S)

Limiter nombre tchs
Créer ligne hauteur défensive

VEILLER À

Identifier starter (pas cadré)
Identifier espace à attaquer
Coordonner appels ave ses coéquipiers (pied/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



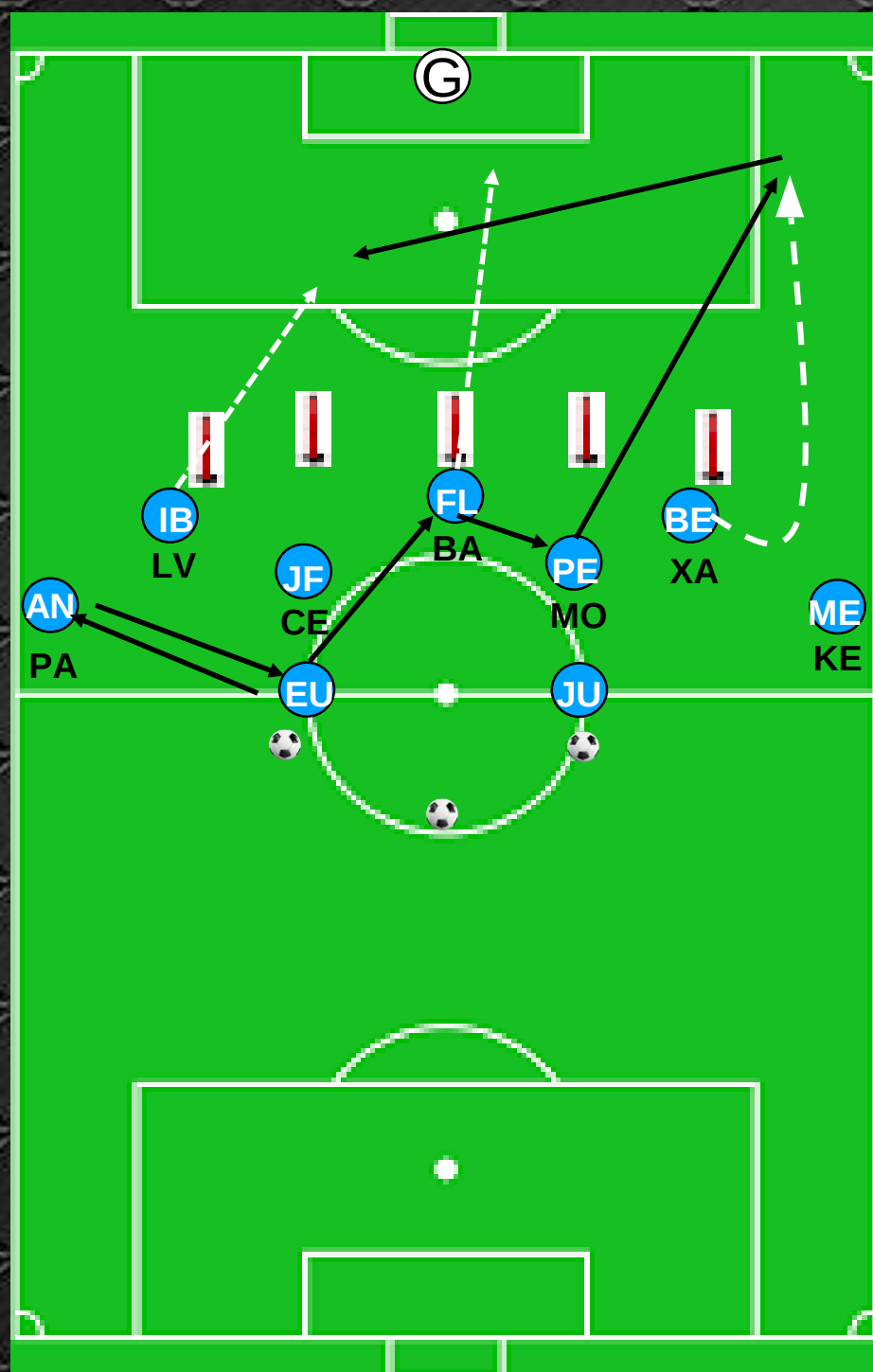
105 ans

FOOT A 11 – U17 R1

VENDREDI 15/03/2019

16+2

EXERCICE	Jouer dans espace libre
18H55-19H20	Jouer dans le dos de la défense pour déséquilibrer



	0		5		0		16		0		0		0		2
--	---	--	---	--	---	--	----	--	---	--	---	--	---	--	---

BUT	Réaliser circuit sans erreur le plus rapidement possible
CONSIGNES	Deux passages par equipe coté G/coté D Rotation Lat-M.Off *Chronométré temps départ-frappe
VARIANTE(S)	Mettre un défenseur après passe de déséquilibre Opposition résonné joueur en attente
VEILLER À	Jouer ballon en mouvement Prise d'infos Intensité/timing des appels Qualité de passe vers l'avant

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

VENDREDI 15/03/2019

16+2

SITUATION

Jouer dans espace libre

19H20-19H45

Jouer dans le dos de la défense pour déséquilibrer

	0		6		0		8		8		0		0		2
--	---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	---

BUT

Marquer=1pt
 Marquer 5sec max dans 1/3 portes =1pt +10pompes
 Si victoire des défenseurs 10 pompes pour off

CONSIGNES

Off:
 Réaliser minimum trois passes avant pouvoir attaquer
 Déséquilibre uniquement par une passe dans le dos de la défense
 V1:8vs4
 V2:8vs5
Rotations: 2x10min
 JF-Peio / Benze-Xan / Flo-Bab / Euc-Ced

VARIANTE(S)

Limiter nombre de touche

VEILLER À

Relation passeur-receveur (starter)
 Prise d'info (espace a attaquer)
 Visualiser vitesse de course + espace pour passeur

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

VENDREDI 15/03/2019

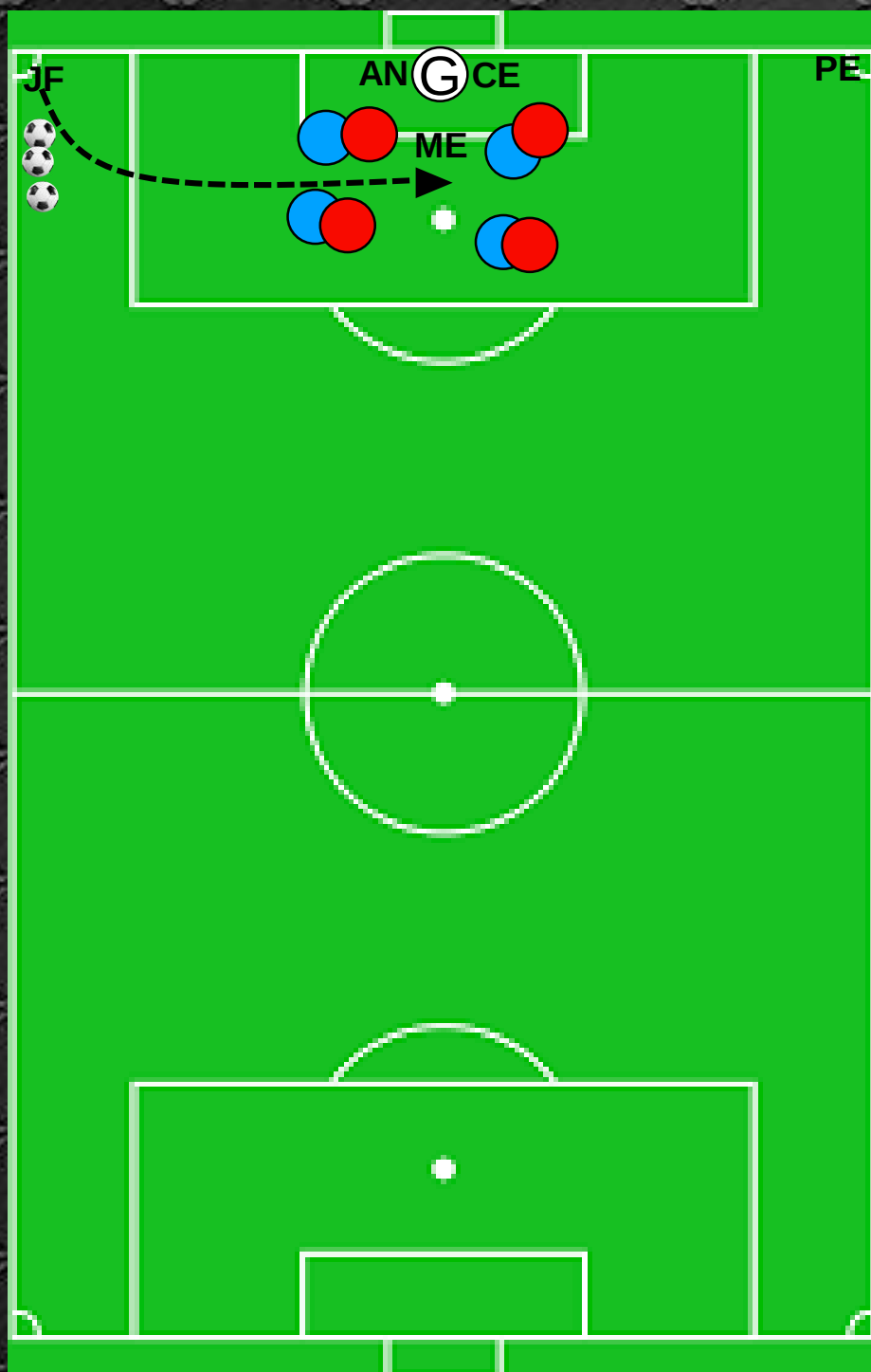
16+2

CPA DEF

Jouer dans espace libre

19H45-20H05

Jouer dans le dos de la défense pour déséquilibrer



	0		6		0		8		8		0		0		2
--	---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	---

BUT	
CONSIGNES	● Offensif ● Défensif 4vs4 5vs5
VARIANTE(S)	
VEILLER À	Lecture trajectoire (ballon-adversaire) Être toujours au contact Se mettre dans la course de l'attaquant Utiliser « bloc »

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