



Thème de la séance : Conservation sous pression

Catégorie U12/U13

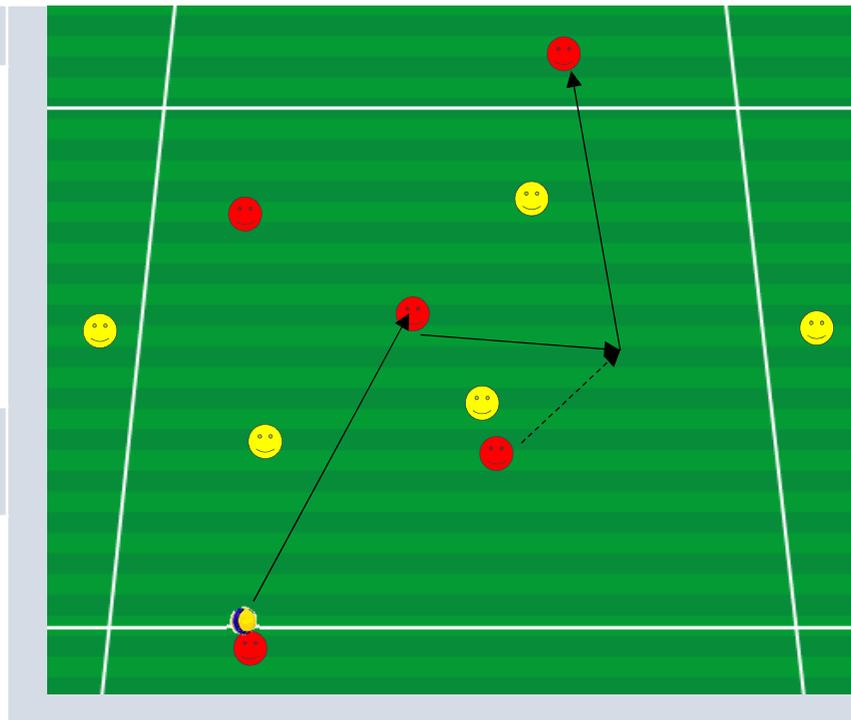
On a le ballon	Conserver/Progresser	Déséquilibrer/Finir
On a pas le ballon	S'opposer à la progression	S'opposer pour protéger son but

- Conduite de balle
- Déplacement ballon
- Déplacement du joueur sans ballon

Organisation

Espace	Effectif
25 x 25 m	5
	5
Matériel par terrain	
x	12 à 15'
4	
2/8	

Schéma



Objectifs

Consignes

- Conservation du ballon. Les rouges jouent avec leurs appuis fixes.
- Les jaunes tentent de récupérer puis de conserver avec leurs appuis. Jeu libre.
- Faire des séquences de 4 minutes.

But et objectifs

- Etre capable de conserver collectivement le ballon
- Répéter les passes d'un appui vers l'autre.

Eléments Pédagogiques

Variables	Méthode pédagogique	Veiller à
<ol style="list-style-type: none"> 1) Jeu au sol obligatoire 2) Obligation de jouer en deux touches de balle minimum. 3) Les rouges ne peuvent pas jouer entre eux. 	<p>ACTIVE</p> <p>Laisser jouer- Observer - Questionner</p>	<p>Prendre en mouvement et donner en mouvement</p> <p>Jouer à distance (ni trop prêt, ni trop loin)</p> <p>L'enchaînement des transitions (off vers def et def vers off) - Voir avant de recevoir,</p> <p>Communiquer (déplacements, changement de rythme, parole...)</p>