



PROGRAMMATION U11 2019-2020

SEPTEMBRE

Semaine	S36 02 - 08	S37 09 - 15	S38 16 - 22	S39 23 - 29
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 / Touche		Conduite	
Physique	Coordination		Vitesse / Vivacité	
Constantes	Engagement		Gestion des émotions	

OCTOBRE

Semaine	S40 30 - 06	S41 07 - 13	S42 16 - 20	S43 21 - 27
Thème	Améliorer la création de densité autour du porteur de balle (bloc équipe)		Jouer à l'opposé après avoir fixé collectivement	
Phase de jeu	S'ORGANISER POUR RECUPERER		DESEQUILIBRER-FINIR	
Principes de jeu	Couvrir le partenaire dans l'action défensive → Provoquer la perte du ballon dans une zone identifiée → Marquer les receveurs potentiels les plus proches		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	Cadrage / Couverture		Dribble	
Physique	Coordination		Vitesse / Vivacité	
Constantes	Communication		Prise d'information	