



## PROGRAMMATION U11 2019-2020

### NOVEMBRE

Semaine	S44 28 - 03	S45 04 - 10	S46 11 - 17	S47 18 - 24
Thème	Jouer combiné (jeu à 2, à 3)		Améliorer la capacité des offensifs à déclencher un pressing	
Phase de jeu	<b>CONSERVER-PROGRESSER</b>		<b>S'OPPOSER A LA PROGRESSION</b>	
Principes de jeu	Jouer combiné (jeu à 2, à 3) → Etablir des relations privilégiées par binôme, trios. → Jouer en appui-remise, en appui-remise pour un 3ème		S'organiser en déséquilibre → Empêcher les adversaires à prendre de la vitesse, de jouer vers l'avant → Réduire l'espace de jeu effectif de l'adversaire	
Comportements attendus	<b>Se rendre disponible</b> → Donner et se déplacer, se déplacer pour voir et être vu et accessible		Prioriser la défense du couloir de jeu direct	
Technique	Passe		Harcèlement du porteur	
Physique	Coordination		Vitesse / Vivacité	
Constantes	Communication		Efficacité	

### DECEMBRE

Semaine	S48 25 - 01	S49 02 - 08	S50 09- 15	S51 16 - 22
Thème	Jouer en profondeur après un décalage		Jouer dans les intervalles et entre les lignes	
Phase de jeu	<b>DESEQUILIBRER - FINIR</b>		<b>CONSERVER - PROGRESSER</b>	
Principes de jeu	Jouer en profondeur après un décalage → Prendre de la vitesse → Percuter / Donner		Jouer dans les intervalles et entre les lignes → Voir, être vu et joignable → Jouer vers l'avant	
Comportements attendus	<b>Surprendre</b> → Feinter, se déplacer à l'opposé de la course du def, changer de direction <b>Prendre de la vitesse</b> → Gagner et conserver un temps d'avance (appels et déplacements)		<b>Se rendre disponible</b> → Donner et se déplacer pour voir et être vu et accessible <b>Respecter les distances de passe</b> → Sur la largeur et la profondeur	
Technique	Tir		Intention de jeu (qualité de la 1ère touche, sens, orientation...)	
Physique	Coordination		Vitesse / Vivacité	
Constantes	Gestion des émotions		Communication	