



PROGRAMMATION U11 2019-2020

AVRIL

Semaine	S14 30 -05	S15 06 - 12	S16 13 - 19	S17 20 - 26
Thème	Jouer combiné (jeu à 2, à 3)		Améliorer la capacité des offensifs à déclencher un pressing	
Phase de jeu	CONSERVER-PROGRESSER		S'OPPOSER A LA PROGRESSION	
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	Se rendre disponible → Donner et se déplacer, se déplacer pour voir et être vu et accessible		Prioriser la défense du couloir de jeu direct	
Technique	Passe		Recul frein	
Physique	Coordination		Vitesse / Vivacité	
Constantes	Communication		Efficacité	

MAI

Semaine	S18 27 - 03	S19 04 - 10	S20 11- 17	S21 18 - 24
Thème	Jouer en profondeur après un décalage			
Phase de jeu	DESEQUILIBRER - FINIR			
Principes de jeu	Jouer en profondeur après un décalage → Prendre de la vitesse → Percuter / Donner		TRAVAILLER SELON LES LACUNES	
Comportements attendus	Surprendre → Feinter, se déplacer à l'opposé de la course du def, changer de direction Prendre de la vitesse → Gagner et conserver un temps d'avance (appels et déplacements)			
Technique	Tir			
Physique	Coordination			

Constantes

Gestion des émotions