



PROGRAMMATION U9 2019-2020

NOVEMBRE

Semaine	S44 28 - 03	S45 03 - 10	S46 13 - 17	S47 18 - 24
Technique	Passe - Contrôle		Frappe	
Attitudes	→ Choix de surface de contacte → Qualité, intensité, dosage → Précision, dans les pieds ou profondeur		→ Choix de surface → Puissance	

DÉCEMBRE

Semaine	S48 25 - 01	S49 02 - 08	S50 09 - 15	S51 16 - 22
Technique	Conduite - Dribble		Passe - Contrôle	
Attitudes	→ Maîtrise → Rapidité → Fréquence des touches en fonction de l'espace et du temps disponible → Prendre les informations durant la conduite → Rythme, détermination, enchaînement tir ou passe		→ Choix de surface de contacte → Qualité, intensité, dosage → Précision, dans les pieds ou profondeur	