

## Une partie de la Programmation

### **OBJECTIFS TECHNIQUES : EXERCICE. POUVOIR JOUER (Cycle A)**

#### **Cycle A1, séances N°01 à N°08 :**

Apprentissage : Conduite, dribble et feinte (8 séances)

#### **Cycle A2, séances N°09 à N°14 :**

Apprentissage de la passe courte et du contrôle du ballon (6 séances)

#### **Cycle A3, séances N°15 à N°22 :**

Apprentissage de la frappe dans le jeu de tête (8 séances)

#### **Cycle A5, séances N°27 à N°32 :**

Apprentissage des gestes défensifs (6 séances)

#### **Cycle A6, séances N°33 à N°36 :**

Apprentissage de la frappe dans la passe tendue (4 séances)

#### **Cycle A7, séances N°37 à N°48 :**

Enchaînement passe + Contrôle (12 séances)

#### **Cycle A9, séances N°55 à N°60 :**

Apprentissage du jeu de volée, de demi volée (6 séances)

#### **\* Toute l'année :**

Récupération : Maniement du ballon (60 séquences de 5')

### **OBJECTIFS TACTIQUES COLLECTIFS : JEU. SAVOIR JOUER ENSEMBLE (Cycle C)**

#### **Cycle C1, séances N°01, 02, 15, 16, 17, 18, 43 et 44 :**

Mon équipe a le ballon, conserver - progresser, jouer en mouvement

Jeu libre (8 séances)

#### **Cycle C2, séances N°03, 04, 19, 20, 21, 22, 45 et 46 :**

Mon équipe a le ballon, conserver - progresser, jouer en mouvement

J'occupe bien ma zone (8 séances)

#### **Cycle C3, séances N°05, 06, 23, 24, 25, 26, 47, 48, 49 et 50**

Mon équipe n'a pas le ballon, s'opposer à la progression, réduire l'espace et le mouvement :

J'occupe bien ma zone (10 séances)

#### **Cycle C4, séances N°07, 08, 27, 28, 29, 30, 51 et 52 :**

Mon équipe a le ballon, déséquilibre - finir, créer de l'incertitude :

Je recherche l'attaque rapide (8 séances)

#### **Cycle C5, séances N°09, 10, 31, 32, 33, 34, 53, 54, 55 et 56**

Mon équipe a le ballon, déséquilibre - finir, créer et utiliser des espaces :

J'écarte le jeu sur les côtés (10 séances)

#### **Cycle C6, séances N°11, 12, 35, 36, 37, 38, 57 et 58 :**

Mon équipe a le ballon, conserver - progresser, jouer en mouvement

Je recherche l'attaque placée (8 séances)

#### **Cycle C7, séances N°13, 14, 39, 40, 41, 42, 59 et 60 :**

Mon équipe n'a pas le ballon, s'opposer à la progression, réduire l'incertitude

Quel que soit ma place j'essaie de le récupérer (8 séances)