



## PROGRAMMATION U11 2020-2021

### AVRIL

Semaine	S13 29 -04	S14 05 - 11	S15 12 - 18	S16 19 - 25
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		Recul frein	
Physique	Coordination		Vitesse / Vivacité	
Constantes	Communication		Efficacité	

### MAI

Semaine	S17 26 - 02	S18 03 - 09	S19 10- 16	S20 17 - 23
Thème	Jouer en profondeur après un décalage			
Phase de jeu	<b>DESEQUILIBRER - FINIR</b>			
Principes de jeu	Jouer en profondeur après un décalage → Prendre de la vitesse → Percuter / Donner		<b>TRAVAILLER SELON LES LACUNES</b>	
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)			
Technique	Tir			
Physique	Coordination			

Constantes

Gestion des émotions