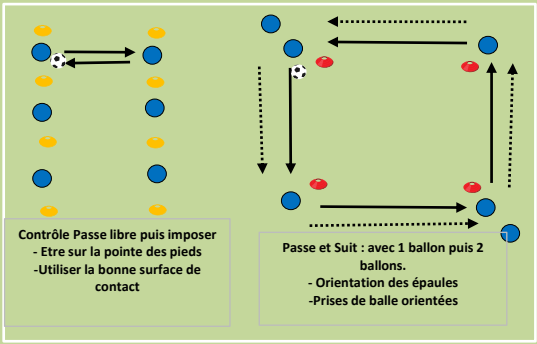
LIGUE DE FOOTBALL NOUVELLE-AQUITAINE	***N° DE SÉANCE***		***PHASE DE JEU***	CONSERVER - PROGRESSER
	CATÉGORIE	**U13G**	***PRINCIPE DE JEU***	Appui-soutien et Jeu à 2 et à 3
	DATE	**12/01/2022**	***MOYENS ACCOCIÉS***	Exercices Analytiques - Adaptatifs et Jeux réduits

Joueurs	Gardien	Ballon	Buts	Jalons	Cônes	Cerceaux	Coupelles	Autres	déplacement	conduite	passe / tir

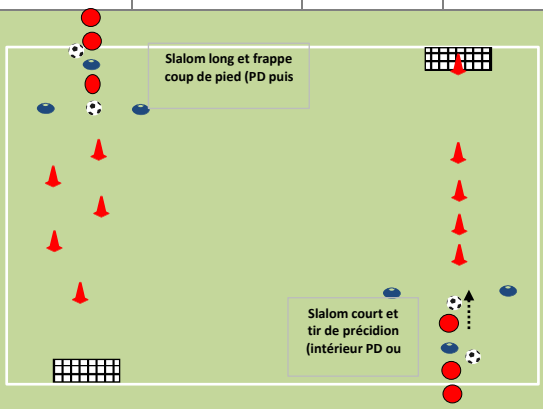
ORGANISATION

OBJECTIF	***COMPORTEMENTS ATTENDUS***	***SURFACE***	***DURÉE***	***SÉQUENCE***	***EFFECTIF***
ATELIER CONTRÔLE - PASSE ET PASSES ET SUIT	**Intérieur du Pied - Cheville verrouiller - L'élan est à prendre de l'arrière vers l'avant - Position du pied d'appui proche du ballon - Regarder dans la direction vers laquelle on fais la passe.**				
BUT(S)					
CONSIGNES	***VARIABLES***				
	CRITÉRES DE RÉUSSITE				



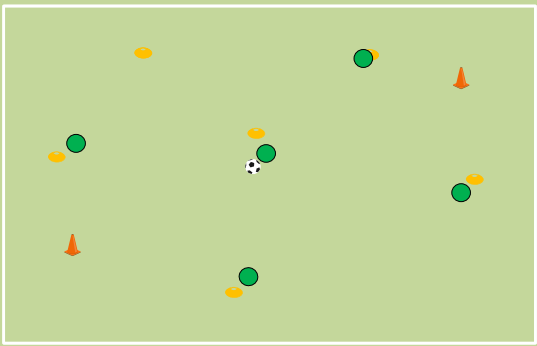
ORGANISATION

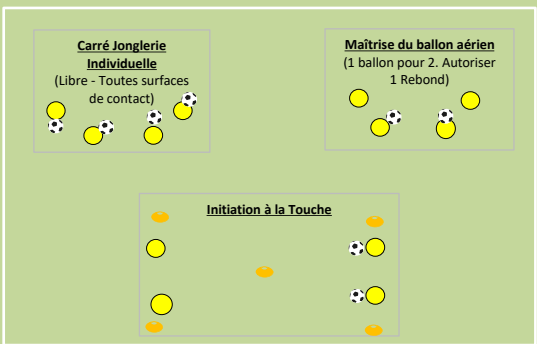
OBJECTIF	***COMPORTEMENTS ATTENDUS***	***SURFACE***	***DURÉE***	***SÉQUENCE***	***EFFECTIF***
ATELIER DE PRISE DE CONDUITE ET ENCHAÎNEMENTS	**Utilisation de la bonne surface de contact - Regard Moyen (sur le ballon et devant soit) - Lever la tête avec la frappe ou le tir.**				
BUT(S)					
Effectuer une conduite de balle en slalom court puis long et enchaîner par un tir de précision sur un atelier et une frapope coup de pied sur l'autre atelier					
CONSIGNES	***VARIABLES***				
ATELIER 1 : Conduite de balle dynamique Pied Fort, slalom court et tir de précision de l'intérieur du pied entre le poteau et le cône rouge. Atlterner PD puis PG ATELIER 2 : Conduire de balle dynamique PD puuis PG, slalom long et frappe coup de pied fort au but (but vide ou avec Gardien)	RAS				
	CRITÉRES DE RÉUSSITE				
	Les surfaces de contact utilisés - La réussite du tir ou de la frappe				



ORGANISATION

OBJECTIF	***COMPORTEMENTS ATTENDUS***	***SURFACE***	***DURÉE***	***SÉQUENCE***	***EFFECTIF***
Jeu à 2 et à 3 - Appui / Soutien	**Prise d'information - Précision de la passe sur le pied fort du copain - Etre en mouvement pour enchaîner - Se déplacer en gardant le ballon en visuel - Faiore des courses Football (déplacements latéraux)**				
BUT(S)					
Contrôles - Passe et enchaînements. Jeu à 2 pour rechercher un 3ème joueur					
CONSIGNES	***VARIABLES***				
Donner et se déplacer sur une une coupelle ou vers le cône. Réception sur la coupelle contrôle orienté et enchaînement passe. Au cône remise vers celui qui nous l'as passer et déplacement (jeu à 2 et à 3)	RAS				
	CRITÉRES DE RÉUSSITE				
	Le nombre de ballon perdu - Les déplacements coordonnées des joueurs				



ORGANISATION

OBJECTIF	***COMPORTEMENTS ATTENDUS***	***SURFACE***	***DURÉE***	***SÉQUENCE***	***EFFECTIF***
TECHNIQUE INDIVIDUELLE ET PRISE D'INFOS	**Jonglerie avec la pointe de pied vers l'avant et utiliser la bonne surface de contact - Le ballon pas plus haut que le bassin - La touche, le ballon deriière la tête (nuque) et lancer en gardant les piueds au sol (lancer loin)**				
BUT(S)					
CONSIGNES	***VARIABLES***				
1mn30 par carré ensuite on tourne. ATELIER 1 : 1 ballon par joueur Initiation au jonglage ATELIER 2 : 1 ballon pour 2 jonglerie à 2 avec un rebond. ATELIER 3 : Initiation rentrée de touche. Déplacement du joueur dans un espace et touche dans les pieds. Controle et remise	RAS				
	CRITÉRES DE RÉUSSITE				
	RAS