

# PLANIFICATION ANNUELLE SAISON 2011-2012

Catégorie U14-U15 / Section Sportive 4ème-3ème

Mois	Septembre 2011				Octobre 2011			
Semaine	S1	S2	S3	S4	S5	S6	S7	Toussaint
	<b>On a le ballon</b>							
Tactique	Principe de maîtrise - <b>Ne pas perdre la balle</b> (occupation du terrain, disponibilité)				Principe de progression - <b>Jouer en mouvement</b> (aide au porteur, appui-soutien-appel)			
	voir et être vu dans les intervalles pour échanger				Se démarquer - Différencier les tps de jeu			
Technique	Contrôle - Passe courte - Conduite			Prise de balle et enchaînements - Remise				
Physique	Coordination - Souplesse - Aérobie							
Mental	Attention - Confiance - Perception - Réflexion - Détermination - Rigueur - Engagement							

Mois	Novembre 2011				Décembre 2011			
Semaine	S8	S9	S10	S11	S12	S13	Noël	
	<b>On n'a pas le ballon</b>		<b>On a le ballon</b>					
Tactique	Principes d'opposition (occupation, remplacement, cadrage)		Principes de finition - <b>Créer et utiliser des espaces libres</b> (jeu entre 2, jeu combiné)					
	Réduire les angles de passe et les intervalles- cadrer PB		Fixer la défense d'un côté et jouer de l'autre					
Technique	Techniques défensives		Dribble - Passe longue - Centre - Tir					
Physique	Coordination - Maîtrise d'appuis - Souplesse							
Mental	Agressivité - Abnégation - Attention - Prise de risque - Perception - Réflexion - Détermination							

Mois	Janvier 2012				Février 2012				
Semaine	S14	S15	S16	S17	S18	S19	S20	Hiver	
	<b>On a le ballon</b>				<b>On n'a pas le ballon</b>				
Tactique	Principe de maîtrise - <b>Ne pas perdre la balle</b> (occupation du terrain, largeur et profondeur)				Principes de récupération (1c2, 2c2, 3c2)				
	voir et être vu dans les intervalles pour échanger				Gérer les espaces en longueur entre les lignes - Conserver son adv direct dans champ visuel				
Technique	Contrôle - Passe courte - Conduite				Techniques défensives				
Physique	Coordination - Maîtrise d'appuis - Aérobie								
Mental	Attention - Confiance - Perception - Réflexion - Détermination								

Mois	Mars 2012				Avril 2012		
Semaine	S21	S22	S23	S24	S25	S26	Pâques
	<b>On a le ballon</b>						
Tactique	Principe de progression - <b>Jouer en mouvement</b> (jeu à 2, à 3, jeu vers l'avant)			Principes de finition - <b>Créer et utiliser des espaces libres</b> (jeu entre 2, jeu combiné)			
	Se démarquer - Différencier les tps de jeu off			Fixer la défense dans l'axe et élargir sur le joueur lancé dans le couloir			
Technique	Prise de balle enchaînements - Déviation			Dribble - Conduite - Feinte - Tir			
Physique	Coordination - Souplesse - Aérobie						
Mental	Attention - Confiance - Perception - Réflexion - Détermination						

Mois	Mai 2012				Juin 2012			
Semaine	S27	S28	S29	S30	S31	S32	Eté	
	<b>On n'a pas le ballon</b>		<b>On a le ballon</b>					
Tactique	Principes d'opposition et de récupération		Principe de progression et de finition					
	Se donner de l'espace et du temps en sous-nombre def		Jouer dans le dos de l'adversaire					
Technique	A déterminer		A déterminer					
Physique	Coordination - Souplesse - Aérobie							
Mental	Attention - Confiance - Perception - Réflexion - Détermination							