

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
	On a le ballon							
Tactique	Principe de maîtrise - Ne pas perdre la balle (occupation du terrain, disponibilité)				Principe de progression - Jouer en mouvement (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	
	On n'a pas le ballon		On a le ballon					
Tactique	Principes d'opposition (occupation, remplacement, cadrage)		Principes de finition - Créer et utiliser des espaces libres (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	
	On a le ballon				On n'a pas le ballon				
Tactique	Principe de maîtrise - Ne pas perdre la balle (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
	On a le ballon						
Tactique	Principe de progression - Jouer en mouvement (jeu à 2, à 3, jeu vers l'avant)			Principes de finition - Créer et utiliser des espaces libres (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	
	On n'a pas le ballon		On a le ballon					
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							