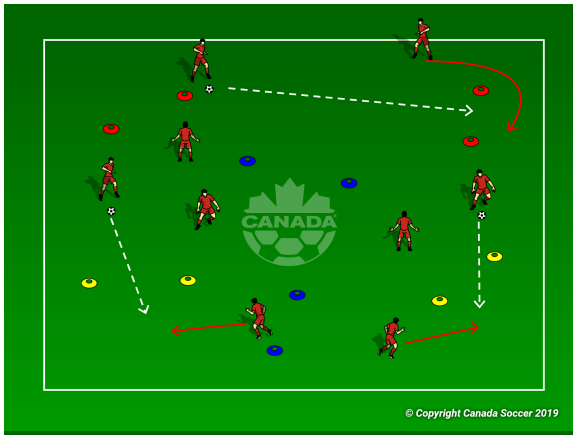
COACH EDUCATION DEPARTMENT

Interactive Session Plan™

Select a Date | Coach | Age group: U11s

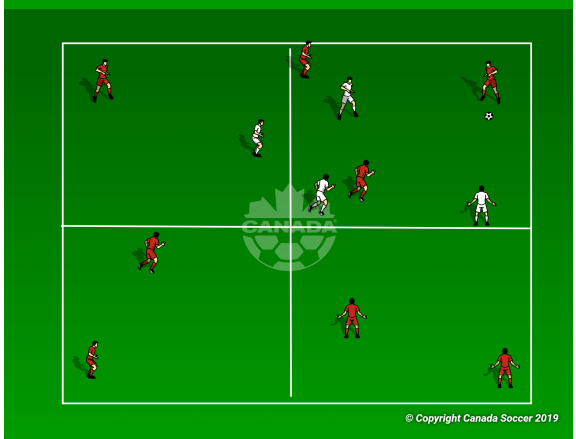
Passes en mouvement et mouvement sans ballon | 90 mins



Passes dans les portes
30 x 30 avec 6 portes de 4 m
2 x 7 mins

4 ballons pour l'ensemble du groupe (5 si 12+ joueurs). L'objectif est de se transmettre le ballon dans les portes.

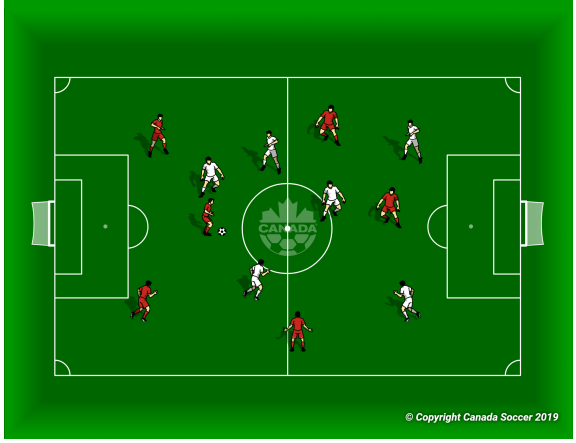
Correctifs:
- RESTER en mouvement en cherchant constamment à faire un appel dans les portes
- Garder le ballon en mouvement quand aucun appel s'offre au porteur
- Ne pas rester immobile dans la porte pour attendre le ballon, faire un autre appel si le ballon ne vient pas



8v4 conservation
30 x 30 (divisé en 4 x 15x15)
3 x 10 mins

L'équipe en supériorité doit conserver le ballon dans la grande zone. Quand le ballon change de zone, les joueurs qui étaient dans la zone du ballon doivent changer de zone.
6 passes = 1 pt
Défenseurs: 3 passes= 1 pt

Correctifs:
- Attention à l'occupation de l'espace
- Rester en mouvement
- Lever la tête pour repérer les espaces libres
- Faire attention aux aspects techniques (passe, contrôle, etc.)



Match 6 v 6 sans contrainte
30 mins

Correctifs:
- Attention à l'occupation de l'espace
- Rester en mouvement
- Lever la tête pour repérer les espaces libres
- Faire attention aux aspects techniques (passe, contrôle, etc.)

Notes...

© Copyright Canada Soccer 2018