

COACH EDUCATION DEPARTMENT

Interactive Session Plan™



Coach Age group: U11s Select a Date

Transition offensive 90 mins







Match 5 v 5 avec appuis 20 x 30 2 x 16 mins

Match régulier avec 2 appuis de part et d'autre du but adverse. L'objectif est de marquer en trouvant un des deux appuis à la récupération du ballon pour enchaîner sur le but. Pas de hors-jeu But après avoir trouvé un appui = 3 pts But sans trouver un appui = 1 pt

Correctifs:

- Réaction rapide à la récupération
- Aller rapidement vers l'avant
- Insister sur le changement d'état d'esprit (défense-attaque)
- Disponibilité des appuis quand on a le ballon

Match 6 v 6 30 x 30 avec des couloirs de 5 m 2 x 10 mins

L'objectif est d'aller marquer dans le petit but OU en arrêter le ballon entre les deux cônes sur les côtés (schéma).

Interdiction pour l'équipe défensive d'entrer dans les couloirs avant que le ballon y soit. Pas de hors-jeu

Marquer dans le but: 1 pt

Marquer en stop-ball sur les ailes: 3 pts

Correctifs:

- Réaction rapide à la récupération
- Aller rapidement sur les côtés
- Insister sur le changement d'état d'esprit (défense-attaque)
 Disponibilité des joueurs sur les côtés
 -Occupation de la largeur du terrain à la récup

Match sans contrainte 20 x 30 30 mins

Pas de hors-jeu

Correctifs:

- Réaction rapide à la récupération
- Aller rapidement vers l'avant
- Insister sur le changement d'état d'esprit (défense-attaque)
- Occupation de la largeur et de la profondeur

Notes...