

# Planification annuelle

## U6U7

Cycles	Périodes	Nb de séances	Thèmes de travail	
1	De septembre aux vacances de la toussaint	6 séances	Technique Tactique Motricité	-Eveil au jonglage pied fort avec rebond -Eveil à la conduite de balle -Assimiler les règles de base du foot à 5 -Occupation de l'espace -Coordination : maîtrise des appuis sur les déplacements avant et arrière, équilibre et orientation
2	De novembre aux vacances de Noël	6 séances	Technique Tactique Motricité	-Eveil au jonglage pied fort sans rebond -Eveil à la passe courte -Recherche du jeu sur les côtés -Développement de la latérisation -Vitesse à travers les relais
3	De janvier aux vacances de février	6 séances	Technique Tactique Motricité	-Eveil au jonglage pied faible avec rebond -Eveil au dribble -Recherche du jeu dans la profondeur -Coordination: maîtrise des appuis, équilibre et orientation
4	De mars aux vacances de Pâques	6 séances	Technique Tactique Motricité	-Eveil au jonglage pied faible sans rebond -Eveil au contrôle -Occupation de l'espace pour défendre -Dissociation haut et bas du corps -Vivacité à travers les relais
5	D'avril aux vacances d'été	6 séances	Technique Tactique Motricité	-Eveil au jonglage de la tête -Eveil au tir -Jouer ensemble -Développer l'agilité -Vivacité à travers les relais

# Planification annuelle

## U8U9

Cycles	Périodes	Nb de séances	Thèmes de travail	
1	De septembre aux vacances de la Toussaint	6 séances	Technique Tactique Motricité	-Eveil au jonglage pied fort sans rebond -Eveil à la conduite de balle -Assimiler les règles de base du foot à 5 -Occupation de l'espace -Coordination: maîtrise des appuis sur les déplacements avant et arrière, équilibre et orientation
2	De novembre aux vacances de Noël	6 séances	Technique Tactique Motricité	-Eveil au jonglage pied fort sans rebond -Eveil à la passe courte -Recherche du jeu sur les côtés -Développement de la latérisation -Vivacité à travers les relais
3	De janvier aux vacances de février	6 séances	Technique Tactique Motricité	-Eveil au jonglage pied faible avec rebond -Eveil au dribble -Recherche du jeu dans la profondeur -Coordination: maîtrise des appuis, équilibre et orientation -Vivacité à travers les relais
4	De mars aux vacances de Pâques	6 séances	Technique Tactique Motricité	-Eveil au jonglage pied faible sans rebond -Eveil au contrôle -Occupation de l'espace pour défendre -Dissociation haut et bas du corps -Vivacité à travers les relais
5	D'avril aux vacances d'été	6 séances	Technique Tactique Motricité	-Eveil au jonglage de la tête -Eveil au tir -Jouer ensemble -Préparer les U09 au foot à 8 -Développer l'agilité -Vivacité à travers les relais

# Planification annuelle

## U10U11

Cycles	Périodes	Nb de séances	Thèmes de travail	
1	De septembre aux vacances de la toussaint	11 séances	Technique	-Initiation à la passe courte. -Initiation au jonglage pied droit, gauche -Initiation à la conduite de balle
			Tactique	-Assimiler les règles de base du foot à 8 -Compréhension de la règle du hors-jeu -Insister sur le rôle de chacun.
			Physique	Maîtrise des appuis et équilibre -Vitesse et vivacité à travers des relais
2	De novembre aux vacances de Noël	11 séances	Technique	-Initiation au tir avec et sans contrôle -Initiation au jonglage 2pieds et alterné. -Initiation à la conduite de balle + feintes.
			Tactique	-Notion d'appui et de soutien. -Occupation du terrain en phase off. -Recherche du jeu sur les côtés.
			Physique	-Développement de la latérisation -Vitesse et vivacité à travers les relais

Cycles	Périodes	Nb de séances	Thèmes de travail	
3	De janvier aux vacances de février	11 séances	Technique	-Initiation au dribble et enchainements. -Initiation à la conduite de balle + feintes
			Tactique	-Jonglage pied droit, gauche et alterné -Notion d'appui et de soutien -Occupation du terrain en phase off. -Recherche du jeu en profondeur
			Physique	-Idem cycles 2
4	De mars aux vacances de Pâques	11 séances	Technique	-Initiation au contrôle simple et orienté -Jonglage des deux pieds + tête -Conduite de balle et feintes
			Tactique	-Notion de marquage et démarquage.
			Physique	-dissociation haut et bas du corps + idem cycle 2
5	D'avril aux vacances d'été	11 séances	Technique	-Initiation au jeu de tête -Jonglage pied droit, gauche et tête -Conduite de balle + feintes
			Tactique	-Défendre en infériorité numérique -Occupation du terrain en phase déf. -Préparer les U11 au règles des U13
			Physique	-Développer l'agilité + idem cycles 2

# Planification annuelle U12U13

Cycles	Périodes	Nb de séances	Thèmes de travail	
1	De septembre aux vacances de la Toussaint	11 séances	Technique	-Passe courte et passe moyenne -Jonglage pied droit, gauche et alterné -Conduite de balle ( int.ext... ) + feintes
			Tactique	-Assimiler les règles de base du foot à 8 -Compréhension de la règle du hors-jeu -Insister sur le rôle de chacun.
			Physique	Maîtrise des appuis et équilibre -Vitesse et vivacité à travers des relais
2	De novembre aux vacances de Noël	11 séances	Technique	-Tir avec et sans contrôle -Initiation au jeu de volée et demi volée -Jonglage avec toutes les surfaces.
			Tactique	-Notion d'appui et de soutien. -Occupation du terrain en phase off. -Recherche du jeu sur les côtés.
			Physique	-Développement de la latérisation -Endurance à travers les jeux et matchs -Vitesse et vivacité à travers les relais

Cycles	Périodes	Nb de séances	Thèmes de travail	
3	De janvier aux vacances de février	11 séances	Technique	-Drible et enchainements. -Conduite de balle + feintes -Jonglage pied droit, gauche et alterné
			Tactique	-Notion d'appui et de soutien -Occupation du terrain en phase off.
			Physique	-Recherche du jeu en profondeur -Idem cycles 1
4	De mars aux vacances de Pâques	11 séances	Technique	-Contrôle simple et orienté -Jonglage des deux pieds, tête et poitrine en mouvement
			Tactique	-Notion de marquage et démarquage.
			Physique	-dissociation haut et bas du corps + idem cycle 1
5	D'avril aux vacances d'été	11 séances	Technique	-Jeu de tête passe et tir -Jonglage toutes surfaces, enchainement -Conduite de balle + feintes
			Tactique	-Défendre en infériorité numérique -Occupation du terrain en phase déf. -Préparer les U13 au foot à 11
			Physique	Développer l'agilité + idem cycles 1