

PROJET DE JEU U13

COMMISSION
TECHNIQUE 17





Projet de jeu

- Elaboration
- Validation

Mise en place

- Volume / Qualité
- Encadrements

Méthode
d'enseignement

- Remise à niveau
- Progression

Évaluation

- Fiche individuelle
- Entretien individuel

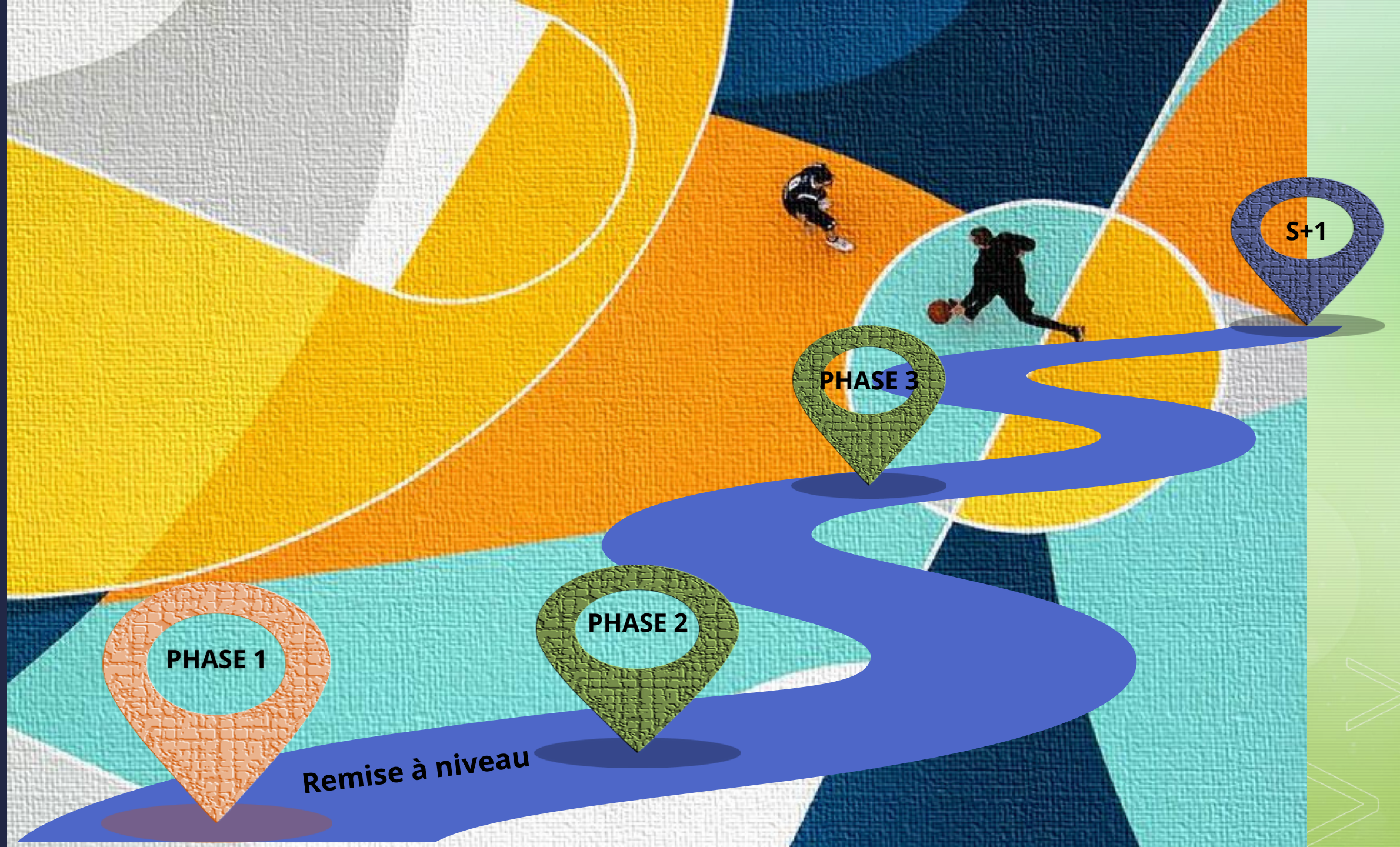
PHASE 1

Remise à niveau

PHASE 2

PHASE 3

S+1



Phase 1

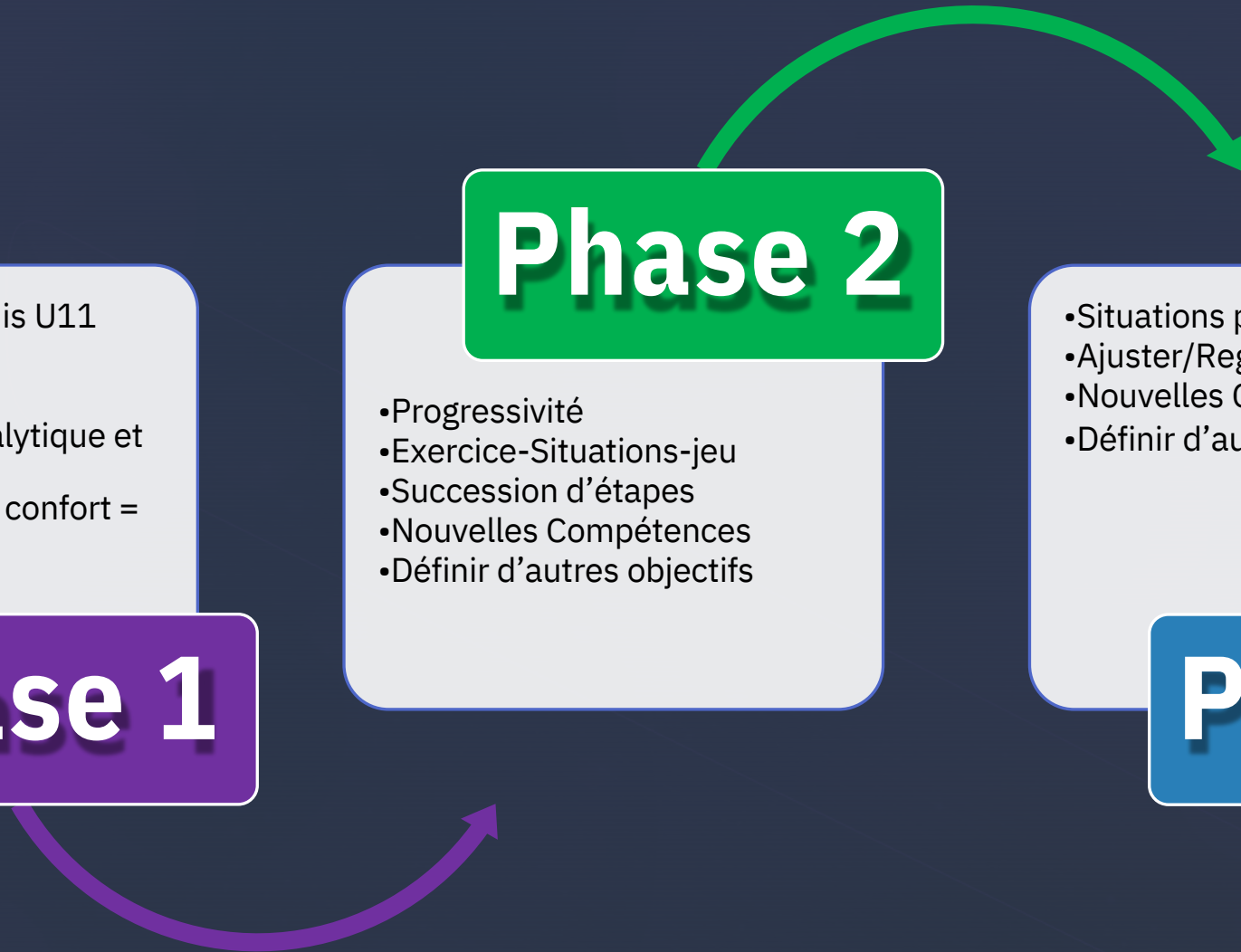
- Evaluation des acquis U11
- Remise à niveau
- Fixer des objectifs
- Naviguer entre l'analytique et le globale
- Sortir de sa zone de confort = Progrès

Phase 2

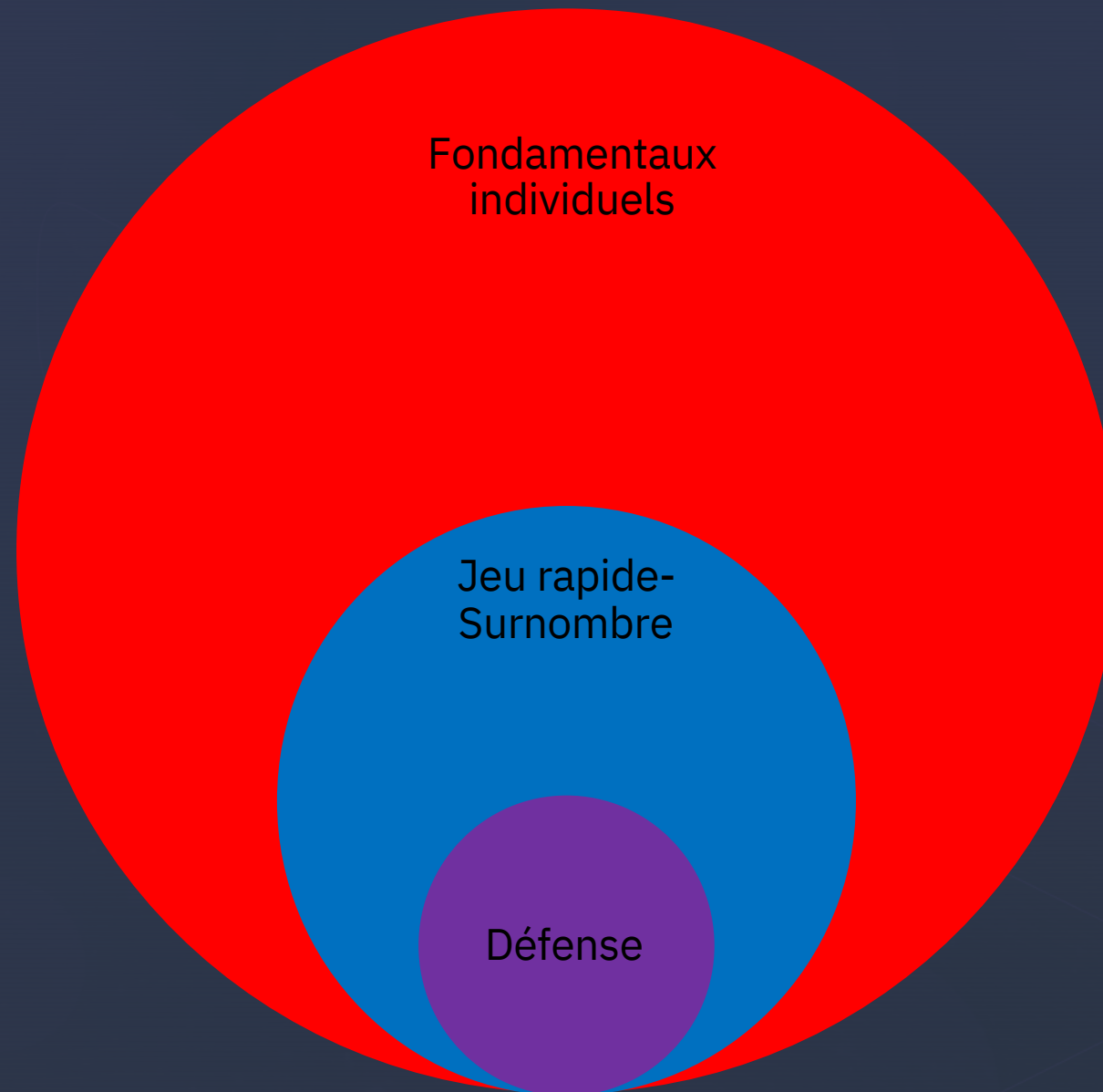
- Progressivité
- Exercice-Situations-jeu
- Succession d'étapes
- Nouvelles Compétences
- Définir d'autres objectifs

Phase 3

- Situations problèmes
- Ajuster/Reguler
- Nouvelles Compétences
- Définir d'autres objectifs



PROJET DE JEU U13





Indicateurs



Identifier le placement des défenseurs et repérer les espaces libres.



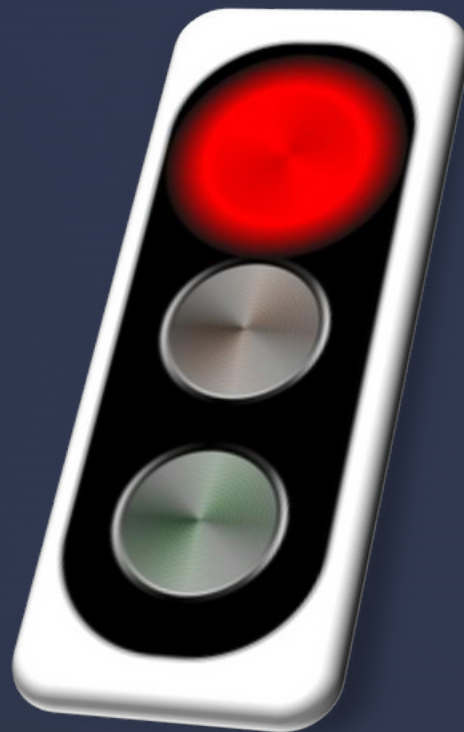
1C1(avec et sans ballon) = Espace



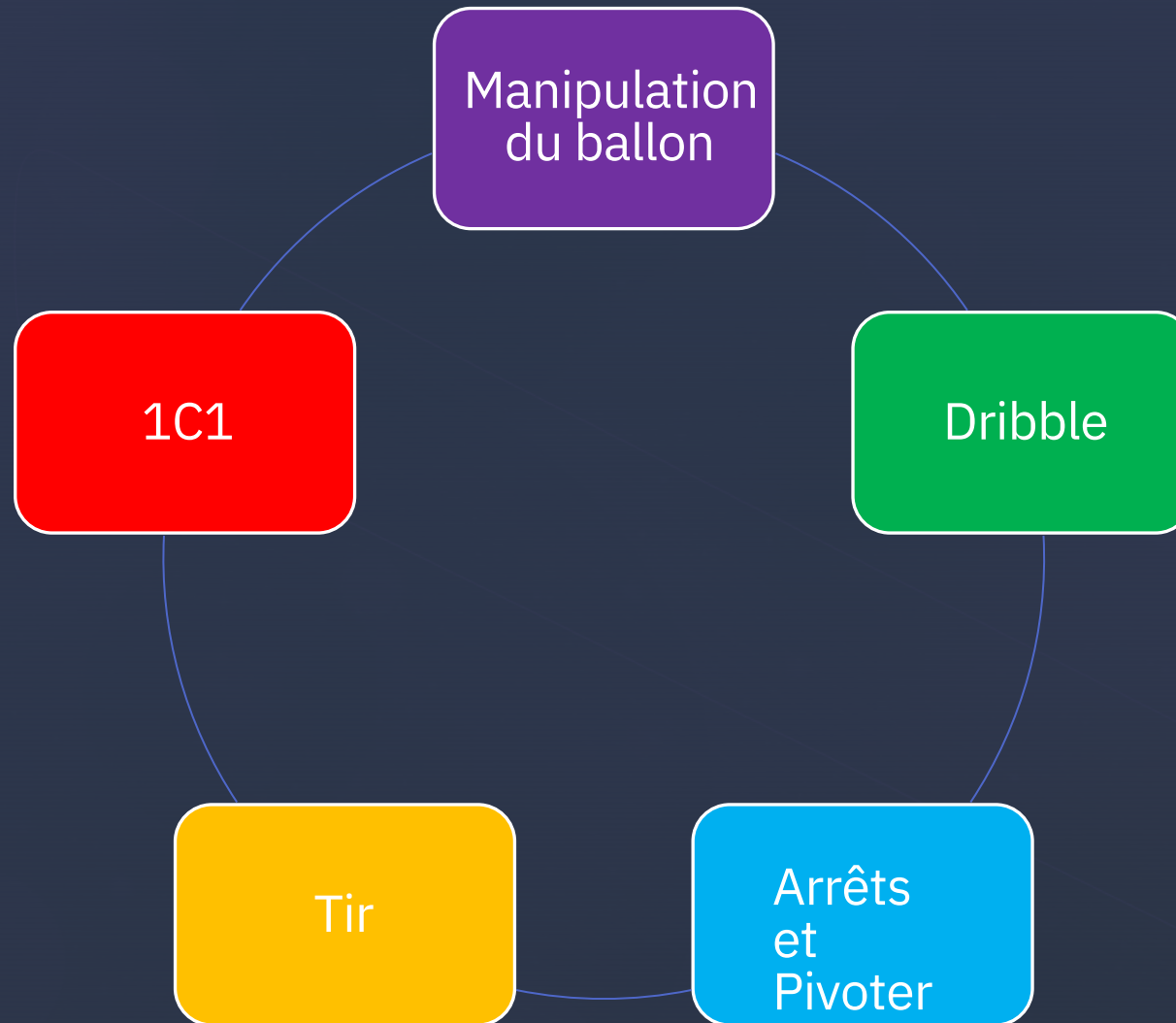
Dribble: Capacité à monter le ballon sous pression défensive



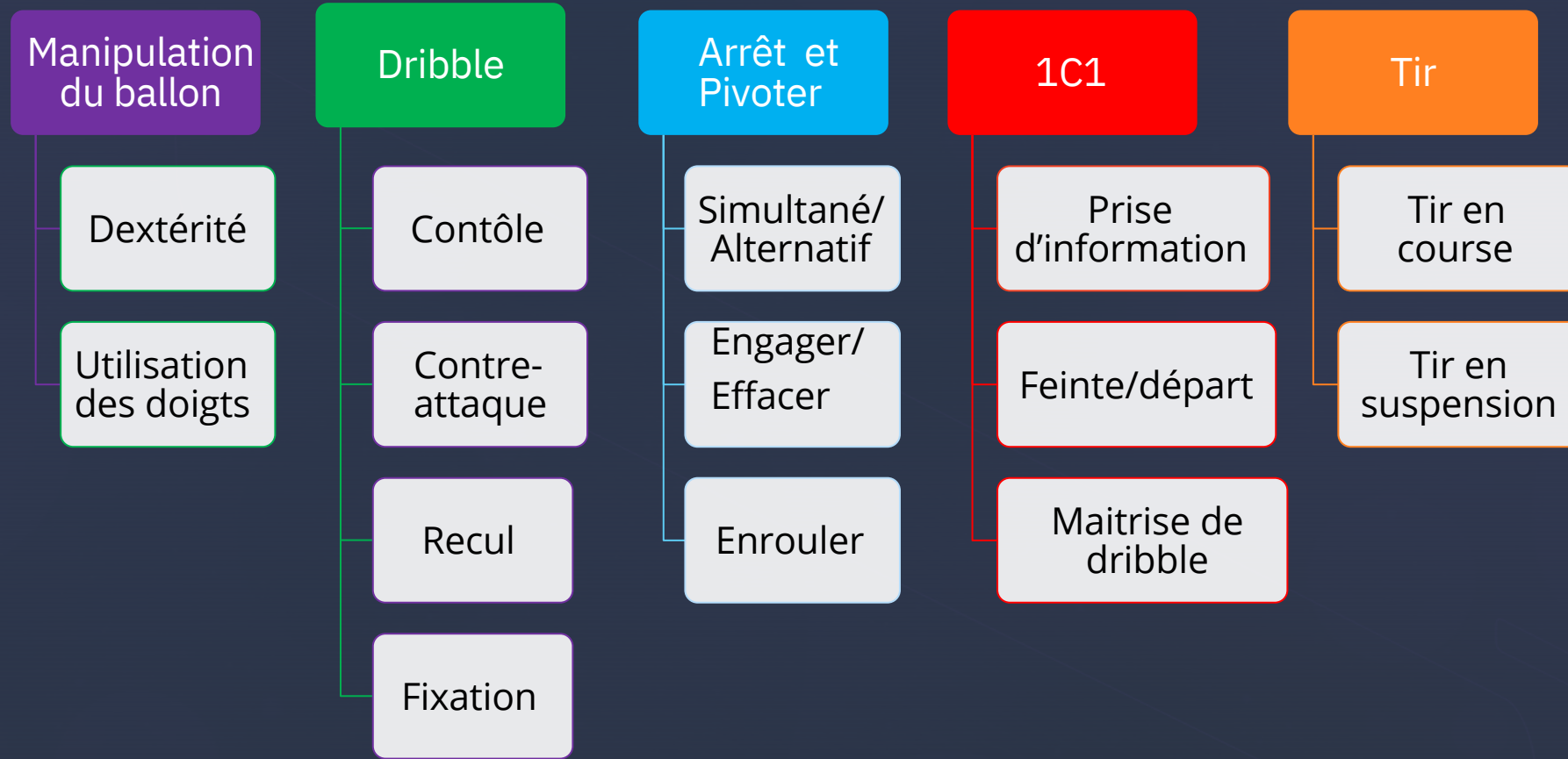
Surnombre: Trouver le joueur libre



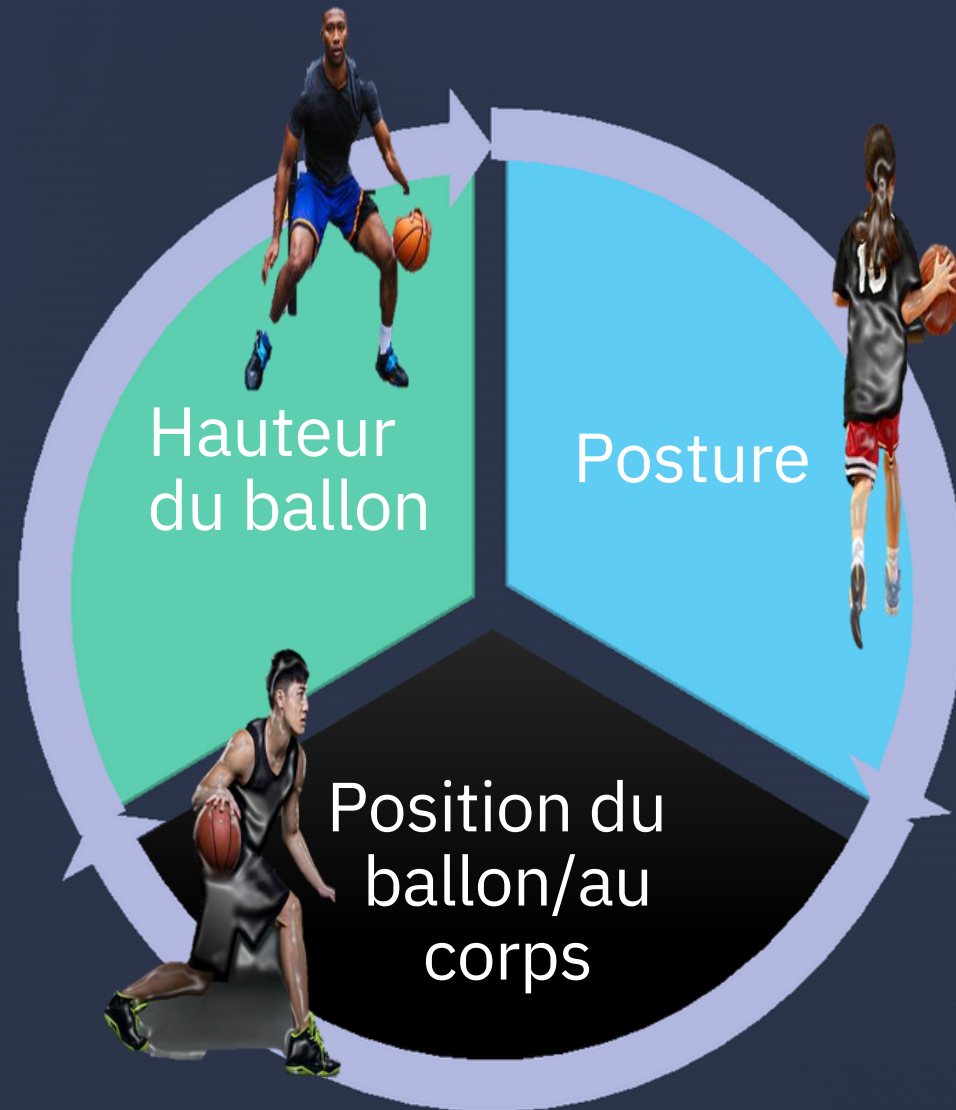
Fondamentaux individuels



Fondamentaux individuels



Critères de réussites dans le dribble



- Centre de gravité haut
- Hauteur Épaule
- Ballon devant

Contre -
attaque

- Centre de gravité Bas
- Hauteur genou
- Ballon sur le côté

Fixation

Contrôle

- Centre de gravité Haut
- Hauteur Hanche
- Ballon devant sur le côté

Recul

- Centre de gravité Bas
- Hauteur genou
- Ballon derrière

TIR

Structure d'appuis

Tenue du ballon

Technique de Lâcher

Tir en course

```
graph TD; A[Tir en course] --> B[Structure d'appuis]; A --> C[Haut du corps]; B --> D[Impulsion sur un appui]; B --> E[Impulsion sur deux appuis]; C --> F[Tenue du ballon]; C --> G[Technique de lâcher];
```

Structure d'appuis

Haut du corps

Impulsion sur un
appui

Impulsion sur deux
appuis

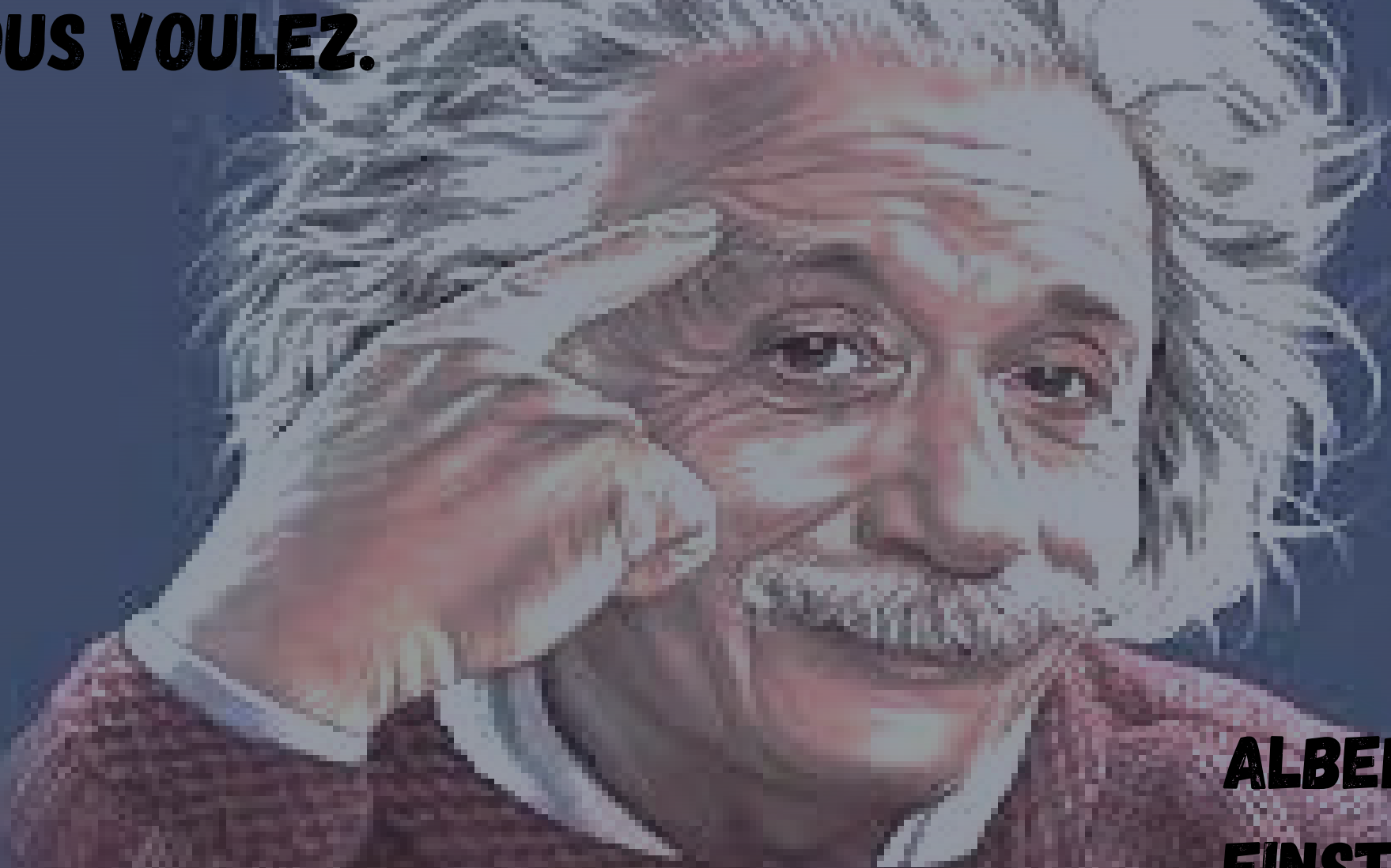
Tenue du ballon

Technique de lâcher

Défense (Priorité tout terrain)



**LA LOGIQUE VOUS MÈNERA D'UN POINT A À UN
POINT B. L'IMAGINATION VOUS EMMÈNERA OÙ
VOUS VOULEZ.**



**ALBERT
EINSTEIN**