



PROGRAMMATION ANNUELLE 2018/2019

Section Sportive Régionale 2° Cycle Football

Lycées Daguin - Dassault Mérignac



MOIS	SEPTEMBRE						OCTOBRE							
SEMAINE	3 4 5 6		10 11 12 13		17 18 19 20		24 25 26 27		1 2 3 4		8 9 10 11		15 16 17 18	
	Règles de vie collectives : tutorat, climat d'apprentissage, MODULE DIETETIQUE													
Phase de jeu principale	ON A LE BALLON				ON A PAS LE BALLON		ON A LE BALLON				ON A PAS LE BALLON		Congés Toussaint du 20/10 au 4/11 inclus	
Phase de jeu complémentaire	Tests et mesures : VMA, course brisée, 13m, conduite en 8, Sergent test - Poids, taille						TRANSITION DEF-OFF							
Principe de jeu	Créer et utiliser des espaces		Jouer dans les intervalles et entre les lignes		Protéger le CJD (axe b-but) et organiser prises en charge		Jeu combiné (jeu à 2/3), enchaîner act°		Jouer à l'opposé après avoir fixé collectivement		Freiner progress° adversaire, organiser et réorganiser les alignements			
Techniques et compts associés	Prises de balle et enchainements, différentes passes		Orientations du corps, remises et déviations		Réduction espaces, intercept°, charges, contres		Conduite enchainements, dribbles		Alternance jeu court / jeu long		Réduction d'espaces, interceptions			
Athlétique	Coordination Maitrise des appuis / Renforcement Abdo-Gainage / Rythmicité / Vivacité													

MOIS	NOVEMBRE						DECEMBRE								
SEMAINE	5 6 7 8		12 13 14 15		19 20 21 22		26 27 28 29		3 4 5 6		10 11 12 13		17 18 19 20		
	Phase préliminaire J.Leroy 13/14 nov ou 20/21 nov - Dopage, préparation mentale, MODULE ARBITRAGE														
Phase de jeu principale	ON A LE BALLON			ON A PAS LE BALLON			ON A LE BALLON			ON A PAS LE BALLON			Congés Noël du 22/12 au 6/01 inclus		
Phase de jeu complémentaire							TRANSITION OFF-DEF								
Principe de jeu	Jouer en profondeur après un décalage		Se démarquer pour fixer et éliminer, passer ou finir		Densifier et être actif dans le CJD (axe b-but)		Rechercher J lancé en prof. dans dos défense		Se démarquer pour fixer et éliminer, passer ou finir		Densifier et être actif dans le CJD (axe b-but)			Organiser press° coll. sur « tps de passe »	
Techniques et compts associés	Passes, conduite et enchainements		Tirs, jeu de tête, jeu de volée, dribbles		Réduction d'espaces, charges, contres		Différentes passes (courtes et longues)		Passes, conduite et enchmts, tirs		Réduction d'espaces, charges, contres			Défendre en avançant, contrôler J lancés	
Athlétique	Coordination Maitrise des appuis / Renforcement Abdo-Gainage / Rythmicité / Vivacité														

Phase préliminaire J.Leroy 14/15 nov ou 21/24 nov

MOIS	JANVIER						FEVRIER									
SEMAINE	7 8 9 10		14 15 16 17		21 22 23 24		28 29 30 31		4 5 6 7		11 12 13 14		4 5 6 7			
	Phase qualificative J.Leroy 22/23 janvier ou 29/30 janvier															
Phase de jeu principale	ON A LE BALLON			ON A PAS LE BALLON			ON A LE BALLON			Congés Hiver du 16/02 au 03/03 inclus			ON A LE B			
Phase de jeu complémentaire							TRANSITION DEF-OFF									
Principe de jeu	Rechercher J lancé en prof. dans dos défense		Se démarquer pour fixer et éliminer, passer ou finir		S'organiser en déséquilibre		Couvrir partenaire dans l'act° déf (moment d'intervent°)		Jouer combiné pour créer un surnombre				Créer et utiliser des espaces		Défendre son but, récup. ou dégager le B	
Techniques et compts associés	Différentes passes (courtes et longues)		Passes, conduite et enchmts, tirs		Recul-frein, contrôle J lancés		Défendre en avançant, réduction d'espaces		Passes, conduite et enchainements				Prises de B et enchnts, différentes passes		Jeu de corps, de tête, charges, contres	
Athlétique	Coordination Maitrise des appuis / Renforcement Abdo-Gainage / Rythmicité / Vivacité												Coordination Rythmicité			



PROGRAMMATION ANNUELLE 2018/2019

Section Sportive Régionale 2° Cycle Football

Lycées Daguin - Dassault Mérignac



MOIS	MARS						AVRIL						Lundi de Pâques		Fête du travail																	
SEMAINE	11	12	13	14	18	19	20	21	25	26	27	28	1	2	3	4	8	9	10	11			29	30	1	2						
	Entretiens individuels + MODULE CFF1 - Phase finale J.Leroy 26/27/28 mars																															
Phase de jeu principale	ON A PAS LE B			ON A LE BALLON						ON A PAS LE BALLON			ON A LE BALLON						Congés Printemps du 13/04 au 28/04 inclus						ON A LE B							
Phase de jeu complémentaire										TRANSITION OFF-DEF																						
Principe de jeu	Protéger CJD (axe b-but) et organiser prises en charge			Jouer dans les intervalles et entre les lignes						Se démarquer pr fixer et éliminer 1c1 ou prise de vitesse			Freiner la progress° aduers. organiser ré-org. alignements												Jouer combiné pour créer un surnombre						S'ajuster se réajuster pour finir	
Techniques et compts associés	Recul-frein, contrôle J lancés			Orientation du corps, remises et déviations						Dribbles et enchainements, conduite			Réduction d'espaces, interceptions												Passes, conduite et enchainements						Tirs, jeu de tête, jeu de volée	
Athlétique	Coordination Maitrise des appuis / Renforcement Abdo-Gainage / Rythmicité / Vivacité																															

MOIS	MAI V. 1945												Ascension				JUIN				Lundi de Pentecôte											
SEMAINE	6	7	8	9	13	14	15	16	20	21	22	23	27	28	29	30	3	4	5	6	10	11	12	13								
	Entretiens individuels + MODULE CFF1																															
Phase de jeu principale	ON A PAS LE B			ON A LE BALLON						ON A PAS LE BALLON			ON A LE BALLON						Fin des séances													
Phase de jeu complémentaire										TRANSITION DEF-OFF			Tests et mesures + Poids, taille												TRANSITION OFF-DEF						...	
Principe de jeu	Organiser press° coll. sur « tps de passe »			Jouer combiné pour créer un surnombre						S'ajuster se réajuster pour finir			Couvrir partenaire dans l'act° déf (moment d'intervent°)												Jouer dans les intervalles et entre les lignes						...	
Techniques et compts associés	Défendre en avançant, contrôler J lancés			Passes, conduite et enchainements						Tirs, jeu de tête, jeu de volée			Défendre en avançant, réduction d'espaces												Orientation du corps, remises et déviations						...	
Athlétique	Coordination Maitrise des appuis / Renforcement Abdo-Gainage / Rythmicité / Vivacité																															

PHASES OFFENSIVES :	Constantes pédagogiques	PHASES DEFENSIVES :
PRINCIPES DE JEU (Que faire?) Notion d'espace, de temps et de surnombre		PRINCIPES DE JEU (Que faire?) Notion d'espace, de temps et de surnombre
CONSERVATION COLLECTIVE POUR PROGRESSER 1/Création d'espaces 2/Jouer dans les intervalles et entre les lignes 3/Création du surnombre 4/Démarquage 5/Jeu combiné (jeu à 2, à 3), enchainements d'actions DESEQUILIBRE (SUR LA DERNIERE LIGNE) 6/Jouer à l'opposé après avoir fixé collectivement 7/Jouer en profondeur après un décalage 8/Rechercher un joueur lancé en profondeur dans le dos de la défense 9/Jouer "combiné" pour créer un surnombre 10/Se démarquer pour fixer et éliminer (notion de 1c1) FINITION (DERNIERE PASSE + DUEL ATTAQUANT - GARDIEN) 11/Anticiper, s'ajuster ou se réajuster pour tirer 12/Se démarquer 13/Prendre de la vitesse	Pression sur le PDB Marquage dans le CJD Jouer en prof. et prise de vitesse dès que poss. (indiv. & collect.) Permettre la réversibilité (tps de réaction) Structure de l'Eq. (notion de lignes)	S'OPPOSER A LA PROGRESSION-REEQUILIBRER 14/Fermer (l'axe "ballon-but") l'espace du couloir de jeu direct (CJD) et organiser le marquage 15/Anticiper la profondeur quand le PDB n'est pas cadré 16/Freiner la progress. de l'adv. et réorganiser les alignements PROTEGER LE BUT/RECUPERER 17/Densifier, être actif dans le CJD 18/Orienter et organiser la press. collective sur "temps de passe" 19/Couvrir le partenaire dans l'action défensive (notamment d'intervent.) 20/Organiser la suppléance défensive (couverture pour récupérer) POUR LA RECUPERATION 21/Bien se placer (positionnement "ballon-but") 22/Anticiper, s'ajuster pour intervenir (moment d'intervent.) 23/Intervenir pour engager ou non la CA
Tout mouvement défensif contient la "contre attaque"		Tout mouvement offensif contient un repli potentiel

