



## ROYAL UNION LASNE-OHAIN

### Match U10 – U13 :

Nous allons vous demander d'être vigilant afin de bien respecter les temps de jeux des enfants, de ne pas cloisonner les groupes (permettre à certains enfants de passer de régionaux aux provinciaux et inversement, tout en sachant qu'il doit quand même y avoir une « base » dans chaque groupe) et pour que les convocations aux matchs soient en adéquation avec les présences aux entraînements (les groupes se formeront tout naturellement). Donner la priorité aux enfants ayant participés aux deux entraînements de la semaine

#### 1) U10 :

Le jeu part du gardien, jeu au sol, pas de dégagement (ou rarement si pas possible de joindre un coéquipier proche). Balle donnée à la main à un coéquipier, balle mise au sol et gardien avance. On s'adapte dans un premier temps à l'espace (on y trouve sa place) et à la distance (longueur de passes). On écarte le jeu. Les dribbles se font vers l'avant. On fait le bon choix (passe ou dribble). Les passes se font dans les pieds. Le jeu se fait en triangle. En récupération, on repasse par l'arrière, si nécessaire, pour reconstruire face au jeu. L'équipe monte et descend en bloc

#### 2) U11 :

Le jeu part du gardien, jeu au sol, pas de dégagement (ou rarement si pas possible de joindre un coéquipier proche). Balle donnée à la main à un coéquipier, balle mise au sol et gardien avance, si vraiment pas possible balle en drop.

L'espace doit être acquis. Le jeu se développe sur les côtés, on cherche les points de corner. Les passes se font dans la course de l'équipier. L'équipe monte et descend en bloc, les 3 et 5 sont des appuis aux 7 et 11, voire même dédoublement si l'équipe sait le faire. Le danger vient des centres avec plusieurs possibilités de finition. On ne se précipite pas sur le goal adverse afin de recevoir le ballon dans sa course. Le gardien fait partie du champ et dirige de l'arrière. Les 2 et 6 orientent le jeu. Le jeu se fait en triangle avec série de « une deux ». Le dribble se fait toujours vers l'avant. En reconversion, on bloque les ailes, deux lignes de 3 et 9 en pressing haut. On ne se laisse pas déborder. En récupération, on donne et on se rend disponible. On ne balance pas les ballons, on cherche à construire. Dans les duels perdus, on essaye de récupérer le ballon.



## ROYAL UNION LASNE-OHAIN

### 3) U12 :

Le jeu part du gardien, jeu au sol, pas de dégagement (ou rarement si pas possible de joindre un coéquipier proche). Balle donnée à la main à un coéquipier, balle mise au sol et gardien avance, si vraiment pas possible balle en drop.

Encore plus d'espace. Les milieux doivent maintenant ratisser large. Il faut maintenant faire attention de bien gérer ses efforts. On favorise toujours le jeu vers l'avant mais le danger doit pouvoir arriver de partout. On n'hésite pas à profiter du moindre espace et finir en zone de conclusion. On alterne jeu long et jeu court. On n'hésite pas à tenter des changements d'aile afin de faire basculer le jeu. Les passes se font dans les espaces, le jeu sans ballon et les appels de balles doivent venir de tout côté. En phase défensive, on défend en bloc (avant/arrière mais aussi gauche/droite). On utilise le recul frein, on essaye d'amener l'adversaire par le centre (plus nombreux) et on bloque les espaces pour les tirs. Le 9 glisse au centre le 6 aide sur l'aile où se situe l'action et les 7 et 11 pressent de leur côté.

### 4) U13 :

Le jeu part du gardien, jeu au sol, pas de dégagement (ou rarement si pas possible de joindre un coéquipier proche). Balle donnée à la main à un coéquipier, balle mise au sol et gardien avance, si vraiment pas possible balle en drop.

Passage au jeu 11/11. Les bases des années précédentes doivent être acquises et on insistera sur la rapidité des mouvements. Le jeu sans ballon prend toute son importance, on provoque le mouvement de l'adversaire afin de créer de l'espace pour ses coéquipiers (les espaces se font rares et les duels plus costauds) qui peuvent s'infiltrer. En phase défensive, on ne doit plus laisser le moindre espace, on doit pouvoir préserver le zéro derrière. On sera amené à faire des entraînements et des matchs amicaux en 11/11 afin d'appivoiser l'espace.