



CYCLES PREVISIONNELS DE TRAVAIL – CATEGORIE U7

CYCLE 1 (Septembre – Vacances Toussaint)

Règles d'actions					TECHNIQUE Moyens d'actions	ATHLETIQUE
TACTIQUE	Porteur	Non porteur				
Règles du jeu Foot à 4				Eveil à la CONDUITE DE BALLE	Psychomotricité Vivacité/Réactivité	

CYCLE 2 (Vacances Toussaint – Vacances Noël)

Mon équipe possède le ballon : OFFENSIF						
Phase de jeu : CONSERVER-PROGRESSER						
Règles d'actions				TECHNIQUE Moyens d'actions	ATHLETIQUE	
TACTIQUE	Porteur	Non porteur				
Occupation de l'espace quand mon équipe à la ballon (NOTION DE PARTENAIRE)	Voir avant de recevoir	Se déplacer, s'écarter du porteur Être vu Notion d'intervalles		Eveil à la PASSE COURTE	Psychomotricité Vivacité/Réactivité	

CYCLE 3 (Vacances Noël – Vacances hiver)

Mon équipe possède le ballon : OFFENSIF				
Phase de jeu : CONSERVER-PROGRESSER				
Règles d'actions			TECHNIQUE Moyens d'actions	ATHLETIQUE
TACTIQUE	Porteur	Non porteur		
Recherche du jeu dans la profondeur (avant et arrière) (NOTION D'ESPACE)	Voir avant de recevoir	Se déplacer, s'écarter du porteur Être vu Notion d'intervalles Utilisation de l'espace	Eveil au CONTROLE	Psychomotricité Vivacité/Réactivité

CYCLE 4 (Vacances hiver – Vacances Pâques)

Mon équipe ne possède pas le ballon : DEFENSIF				
Phase de jeu : S'OPPOSER A LA PROGRESSION				
Règles d'actions			TECHNIQUE Moyens d'actions	ATHLETIQUE
TACTIQUE	Actions défensives sur les joueurs adverses			
Occupation de l'espace quand mon équipe à la ballon (NOTION D'ADVERSAIRE)	Cadrer le porteur Défendre sa cage		Eveil au DRIBBLE	Psychomotricité Vivacité/Réactivité

CYCLE 5 (Vacances Pâques – Fin mai)

Mon équipe possède le ballon : OFFENSIF				
Phase de jeu : DESEQUILIBRER-FINIR				
Règles d'actions			TECHNIQUE Moyens d'actions	ATHLETIQUE
TACTIQUE	Porteur	Non porteur		
Marquer (NOTION DE CIBLE)	Se mettre en position favorable pour marquer ou faire marquer	Accentuer l'incertitude de la défense Se placer pour conduire l'action Anticiper le tir	Eveil au TIR	Psychomotricité Vivacité/Réactivité

