

La Section
d'Excellence Sportive
– Châteauneuf-du-
Faou



EMPLOI DU TEMPS

COLLEGE DE L'AULNE

07/03/2023 16:45 - Page 1

(3B) - S.E.S. Foot

	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
7h55			ED.PHYSIQUE & SPORT. CREPEAU A.		
8h50	MATHEMATIQUES BOUDIER S. SALLE CDV 3 MALYK M.	ED.PHYSIQUE & SPORT. CREPEAU A.		MATHEMATIQUES BOUDIER S. [SBP 1] SALLE CDV 3	MATHEMATIQUES,BOUDIER S. SALLE CDV 3,MALYK M.
9h45		ESPAGNOL LV2 BOUVET M. [SBESP2] SALLE 108	ANGLAIS LV1 LE TOULLEC A. SALLE 110 MALYK M.	ANGLAIS LV1 LE TOULLEC A. [SBP 1] SALLE 110	FRANCAIS,LOISON J. SALLE 03,MALYK M.
10h40			TECHNOLOGIE KERLOCH S. SALLE TECH 02	SCIENCE VIE & TERRE NIHOARN S. [SBP 1] SALLE 103	
10h55	SCIENCE VIE & TERRE NIHOARN S.,SALLE 103	EDUCATION MUSICALE GRIMAUD L.,MUSIQUE		MATHEMATIQUES,BOUDIER S. SALLE CDV 3,MALYK M.	FRANCAIS,LOISON J. SALLE 03,MALYK M.
11h50	ANGLAIS LV1 LE TOULLEC A. SALLE 110 MALYK M.	MATHEMATIQUES BOUDIER S. SALLE CDV 3 MALYK M.		ANGLAIS LV1 LE TOULLEC A. SALLE 110 MALYK M.	HISTOIRE-GEOGRAPHIE BURY MONGONDRY A. SALLE 104 MALYK M.
12h45					
13h30					FOOTBALL RAZER P. [MFOOTB1]
14h00	ESPAGNOL LV2 BOUVET M.,[SBESP2] SALLE 108	HISTOIRE-GEOGRAPHIE BURY MONGONDRY A. SALLE 104,MALYK M.	FOOTBALL RAZER P. [MFOOTB1]	FRANCAIS,LOISON J. SALLE 03,MALYK M.	
14h55					
15h10	ARTS PLASTIQUES,CARIOU M. ARTS PLASTIQUES	ANGLAIS LV1,LE TOULLEC A. SALLE 110,MALYK M.		HISTOIRE-GEOGRAPHIE BURY MONGONDRY A. SALLE 104,MALYK M.	HISTOIRE-GEOGRAPHIE BURY MONGONDRY A. SALLE 104
16h05	FRANCAIS,LOISON J. SALLE 03,MALYK M.	PHYSIQUE-CHIMIE APPERE R.,SALLE 105		ESPAGNOL LV2 BOUVET M.,[SBESP2] SALLE 108	
17h00					
17h55		FOOTBALL RAZER P. [MFOOTB1]		FOOTBALL RAZER P. [MFOOTB1]	
18h55					

L'ENTRAÎNEMENT :

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Coordination	Jeu	Jeu	Jeu	échauffement
Jeu	Situation	Situation	Situation	Vitesse
Exercice	Jeu	Exercice	Exercice	Spécifique
Jeu		Jeu		

	Lundi 16-oct	Mardi 17-oct	Mercredi 18-oct	Jeudi 19-oct	Vendredi 20-oct
Phase de jeu	Déséquilibrer - Finir	S'organiser pour protéger son but	Conserver - Progresser	S'opposer à la progression	Spécifique au poste
Principe de jeu	Jouer à l'opposé après avoir fixé collectivement	Densifier et être actif dans le CDJ, organiser les prises en charge	Créer et utiliser les espaces	Organiser la pression collective sur le temps de passe	
Moyen technique	Alternance jeu court / jeu long	Réduction des espaces, charges et contres	Prises de balle et enchaînements, les différentes passes	Réduction des espaces, interceptions	
Projet de jeu	A) 4-2-3-1	A) 4-2-3-1	A) 4-2-3-1	A) 4-2-3-1	
	Lundi 06-nov	Mardi 07-nov	Mercredi 08-nov	Jeudi 09-nov	Vendredi 10-nov
Phase de jeu	Déséquilibrer - Finir	S'organiser pour protéger son but	Conserver - Progresser	S'opposer à la progression	Spécifique au poste
Principe de jeu	Jouer combiné (jeu à 2, à 3), enchaîner les actions	Protéger le CDJ et organiser les prises en charges	Jouer dans les intervalles et entre les lignes	Freiner la progression de l'adversaire, organiser, réorganiser les alignements	
Moyen technique	Conduites et enchaînements, dribbles	Recul-frein, contrôle des joueurs lancés	Orientation du corps, remises et déviations	Défendre en avançant, contrôle des joueurs lancés	
Projet de jeu	B) 3-5-2	B) 3-5-2	B) 3-5-2	B) 3-5-2	