

Chers dirigeants, chers entraîneurs,

Nous voici déjà à l'aube de la saison nouvelle qui sera pour nos U11 (Pupilles) à la fois dans la continuité mais aussi avec quelques nouveautés que nous espérons positives.

Calendrier des tournois U11 (9h00 à 12h00)

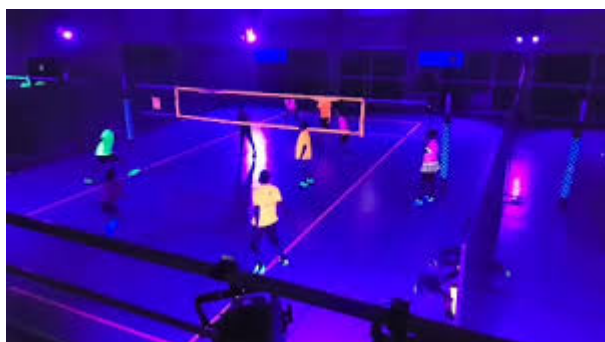
7 tournois sont prévus pour la saison, y compris la journée de rassemblement finale.

dim. 12/10	U11.1	9:00-12:00	
dim. 09/11	U11.2	9:00-12:00	Thimister
dim. 07/12	U11.3	9:00-12:00	
sam. 17/01	U11.4	9:00-12:00	Aubel
sam. 14/02	U11.5	9:00-12:00	Herstal (BLACK LIGHT)
sam. 14/03	U11.6	9:00-12:00	
sam. 04/04	Finale	9:00-12:00	

Nous avons déjà reçu certaines candidatures pour l'organisation et je compte sur vous pour accueillir les autres tournois. Envoyez-moi vos candidatures rapidement !
Déjà merci à ceux qui accueillent nos jeunes !

Moments festifs

Le première info est une séance vraiment festive le 14/02 à Herstal puisque l'on profitera de l'installation pour leur tournoi black light. Une première pour nos jeunes.



Nous envisageons aussi comme l'an dernier un tournoi déguisé et espérons la venue de Saint-Nicolas en décembre.

Nouveautés sportives

- Pour les équipes jouant **sans arrêt de balle** (2c2 ou 3c3), priorité sera donnée au **3 contre 3**.
- Pour les formes **avec arrêt de balle**, on jouera en **2c2 et 3c3**.

La raison principale est de redonner à nos jeunes un vrai championnat U11.

Donc si vos meilleurs U11 jouent déjà en U13 voir plus haut, on vous offre l'opportunité de les aligner aussi en U11 dans une forme adaptée à leurs capacités physiques, avec beaucoup de touche de balle et on l'espère si tout le monde joue le jeu avec un bon niveau vous permettant de préparer au mieux vos équipes et vos joueurs.

Organisation des tournois

Chaque tournoi est divisé en **deux parties** :

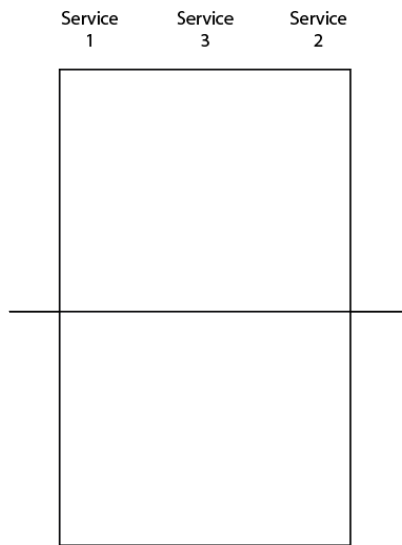
1. Formes avec objectifs tactiques clairs. 6 matchs de 8 minutes
Ces formes de jeu sont centrées sur des objectifs généraux qui seront pour cette saison en U11 (il y aura d'autres objectifs pour les U13) : les directions et distances et la pénétration du passeur.
Pour cette première partie de tournoi, une seconde idée est de vous présenter dès à présent les formes de jeu pour toute la saison (nous vous les rappellerons bien sûr avant chaque tournoi).
2. Formes de jeu plus classiques. 6 matchs de 12 minutes

Première partie : formes à objectifs tactiques

Règles communes

- 3 touches obligatoires tout le temps

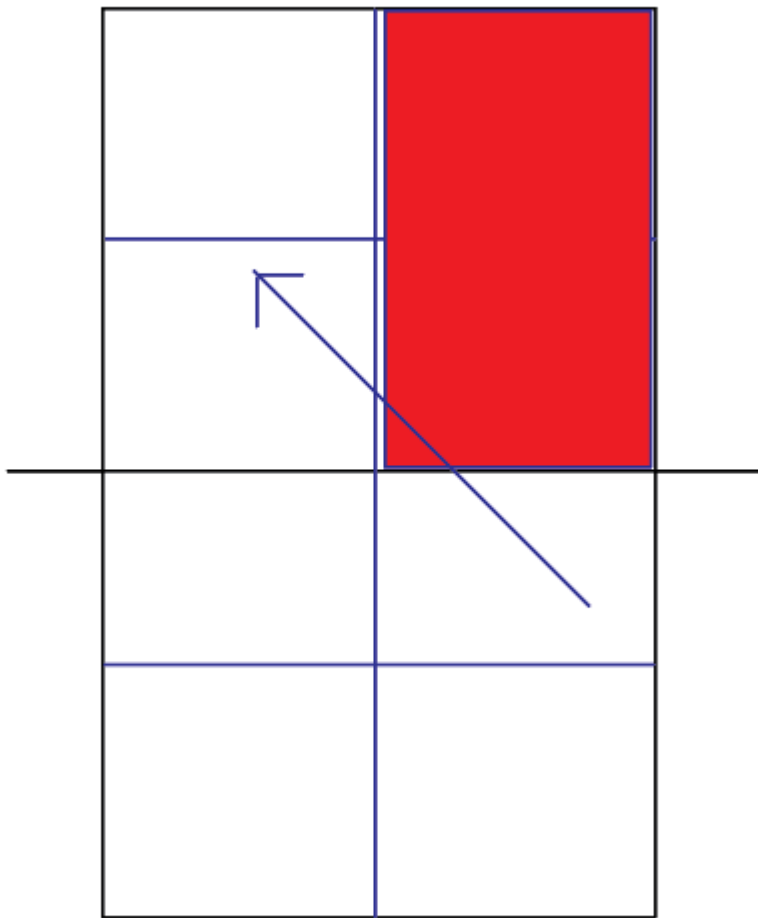
- Service 3 fois joueur à l'équipe 1 puis 3x joueur A équipe 2: Chacun des service est joué depuis une zone de départ différente : 1-6-5



- Service bas obligatoire / si raté on lance haut et facile
- Si 2c2 le passeur doit toucher le filet avant de pouvoir jouer la balle -> obliger la pénétration
- Si 3c3 recep a 2 et le et pénétration du passeur du 1/6/5
- La zone cible (pas au service qui reste libre) est choisie par l'équipe en réception pour les 3 services d'une équipe (la même pour les 3 services).
- **4 types d'organisations** (non toutes utilisées à chaque tournoi) :
 1. Jeu en **diagonale**
 2. Jeu en **ligne**
 3. Jeu **long**
 4. Jeu **court**

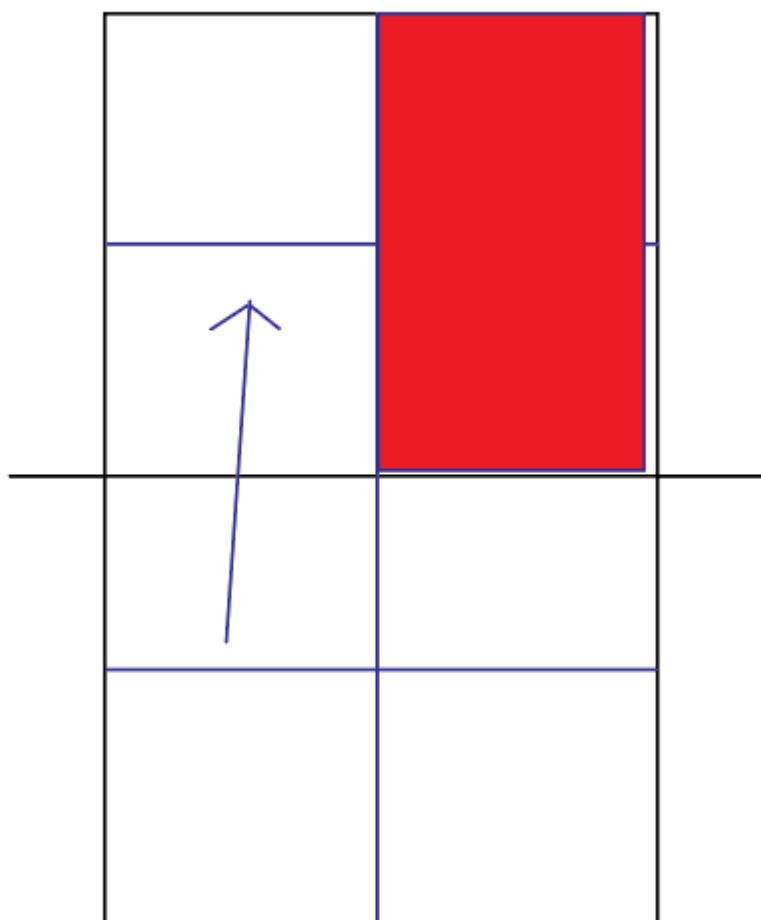
Si la troisième balle est jouée depuis le centre du terrain, la zone cible est difficile à déterminer pour les joueurs et donc la balle doit être jouée haute et facile au milieu du terrain adverse et en aucun cas ne peut faire le point.

Organisation 1 ; on joue en diagonale

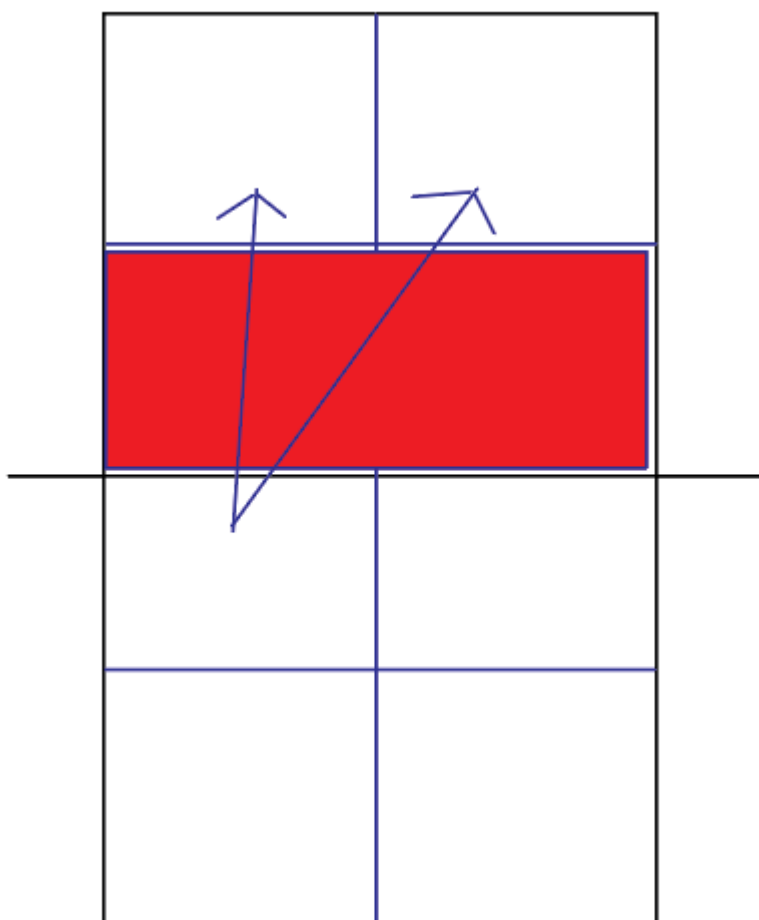


Si la troisième balle est jouée depuis le centre du terrain, elle doit être jouée haute et facile au milieu du terrain adverse et en aucun cas ne peut faire le point.

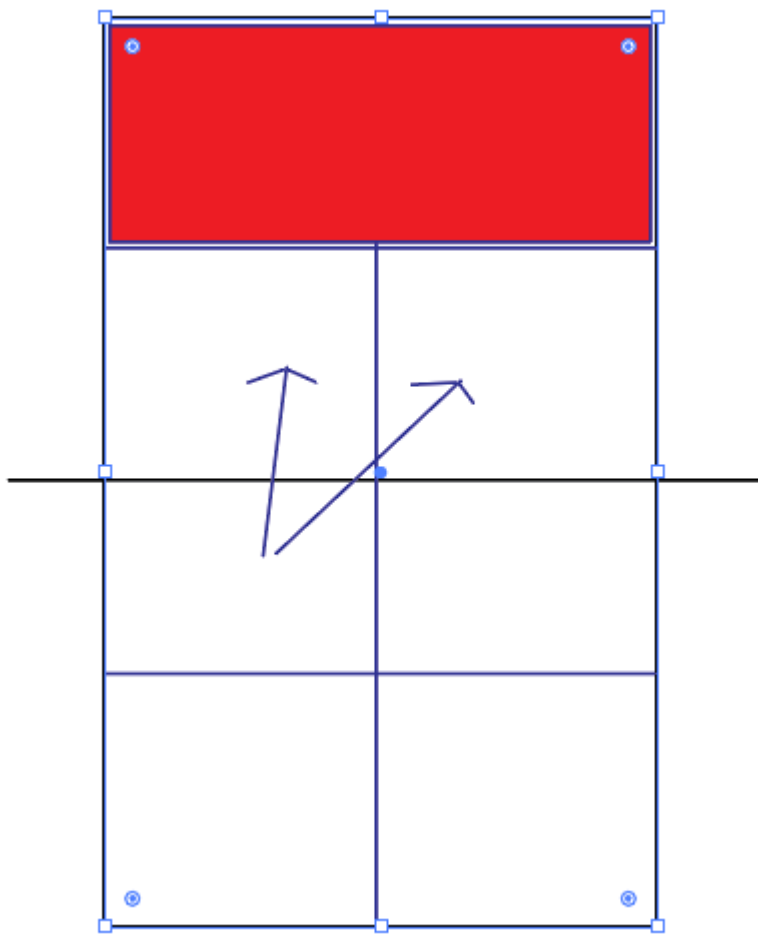
Organisation 2 ; on joue la ligne



Organisation 3 ; on joue long



Organisation 4 ; on joue court



Les formes de jeu

Les variations techniques

	1A	1B	1C	1D	1E
Mise en jeu	lancé par le bas à deux mains		lancé en throw-in avec rebond au sol pour soi-même et puis passe		Passé depuis la ligne de fond
Jeu forme 1	1A₁ Attraper la balle puis la relancer au-dessus du filet 	1B₁ Attraper la balle se la lancer à soi-même jouer une passe de l'autre côté du filet. 	1C₁ Laisser la balle rebondir Effectuer un dribble haut jouer une passe de l'autre côté du filet. 	1D₁ Laisser la balle rebondir Jouer pour soi-même en manchette laisser rebondir jouer une passe de l'autre côté du filet. 	1E₁ Avant le rebond Jouer pour soi-même en manchette jouer une passe de l'autre côté du filet. 
	1A₂ Attraper la balle, la lancer pour soi-même, L'attraper et la lancer de l'autre côté 	1B₂ Attraper la balle lancer la balle au sol pour soi-même jouer une passe de l'autre côté du filet. 	1C₂ Cueillir la balle avant le rebond effectuer un dribble haut jouer une passe de l'autre côté du filet. 	1D₂ Avant le rebond Jouer pour soi-même en manchette laisser rebondir jouer une passe de l'autre côté du filet. 	1E₂ Jouer directement de l'autre côté en passe ou manchette. 
Après	sauter au dessus d'un des 4 cônes				Aucun

2 contre 2	1er contact	2ème contact	3ème contact
2-0A	Attraper/lancer	Attraper/lancer	Volley
2-0B	Attraper/lancer	Volley	Volley
2-1	Volley	Attraper/lancer	Volley
2-2	Volley	Volley	Volley

3 contre 3	1er contact	2ème contact	3ème contact
3-0A	Attraper/lancer	Attraper/lancer	Volley

3-0B	Attraper/lancer	Volley	Volley
3-1	Volley	Attraper/lancer	Volley
3-3	Volley	Volley	Volley

Les variations tactiques

On divisera le terrain en 4 parties maximum (moins pour certaines formes). L'objectif est que l'on développe le joueur à jouer soit long, soit court, soit dans la ligne, soit dans la diagonale.

	Formes 0 et 1		Formes 3-3	
Tournoi 1	1c1 g/d	Échanger deux balles de tennis par lancer une sans rebond et une avec rebond	2c2 g/d	Échanger deux balles de tennis par lancer une sans rebond et une avec rebond entre l'attaquant et celui en attente
Tournoi 2	1c1 full	Se taper dans les mains en sautant	2c2 court/long	Inverser en sautant et se tapant dans les mains entre l'attaquant et le joueur en attente
Tournoi 3	2c2 g/d	Inverser	2c2 full	Inverser et aller sauter dans une caisse et frapper dans les mains pour libérer le joueur en attente (attaquant)
Tournoi 4	2c2 court/long	Inverser en sautant et se tapant dans les mains	3c3 g/d	Aller sauter dans une caisse
Tournoi 5	2c2 full	Inverser et aller sauter dans une caisse	3c3 court/long	Aller sauter dans une caisse et tourner
Tournoi 6	3c3 g/d	Turner	3c3 full	Toucher une ligne puis aller sauter dans la caisse
Tournoi 7	3c3 full	Aller sauter dans une caisse	3c3 full	Toucher les deux coins du fond du terrain puis aller sauter dans une caisse

Comment lire le tableau ?

Pour le premier tournoi par exemple en forme 0 ou 1, on jouera cette première série de match avec différentes formes de 1 contre 1 (alternance des joueurs) et en séparant le terrain en une moitié gauche et une moitié droite et donc en jouant la forme "ligne/diagonale". Pour le tournoi 4 les formes 0 ou 1 joueront 2 contre 2 avec la forme court ou long et le tournoi 5 ils joueront les 4 zones.

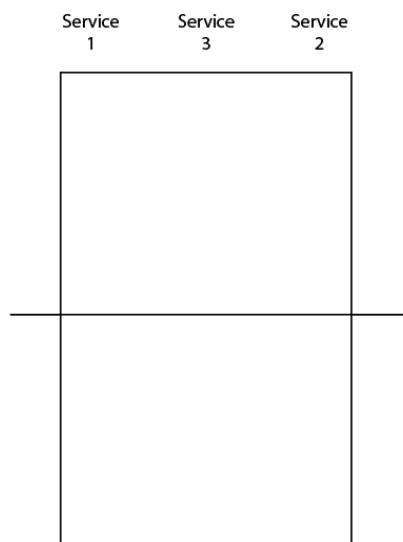
J'ai aussi indiqué les après et comme il faut un peu de matériel cela sera susceptible de changer si le matériel n'est pas dispo. Je ne peux que insister sur l'importance de ces actions après qui permettent des actions donc des apprentissages supplémentaires.

Seconde partie

Comme la saison dernière nous utiliserons des formes libres de 2c2 et 3c3 pour cette seconde partie

Règles communes

- 3 touches obligatoires tout le temps
- Service 3 fois joueur à l'équipe 1 puis 3x joueur A équipe 2: Chacun des service est joué depuis une zone de départ différente : 1-6-5



2 contre 2	1er contact	2ème contact	3ème contact
2-0A	Attraper/lancer	Attraper/lancer	Volley
2-0B	Attraper/lancer	Volley	Volley
2-1	Volley	Attraper/lancer	Volley
2-2	Volley	Volley	Volley

3 contre 3	1er contact	2ème contact	3ème contact
3-0A	Attraper/lancer	Attraper/lancer	Volley

3-0B	Attraper/lancer	Volley	Volley
3-1	Volley	Attraper/lancer	Volley
3-3	Volley	Volley	Volley

en 3c3

3-0A

3-0B



Avant chaque tournoi

Vous recevrez :

- Le **formulaire d'inscription**
- Les **règles précises** pour le tournoi

Nous espérons aussi **filmer les formes de jeu** pour vous les envoyer d'ici **fin août ou début septembre**.



Nouveauté pédagogique

Les **démonstrations des formes de jeu ne seront plus faites en début de tournoi**. À la place, une **mini-formation (10 min max)** sera proposée sur un sujet technique ou tactique. Vous pourrez ensuite en discuter tout au long du tournoi si vous le souhaitez.

Le but est de garder le **planning habituel** et de **terminer à 12h15 maximum**.