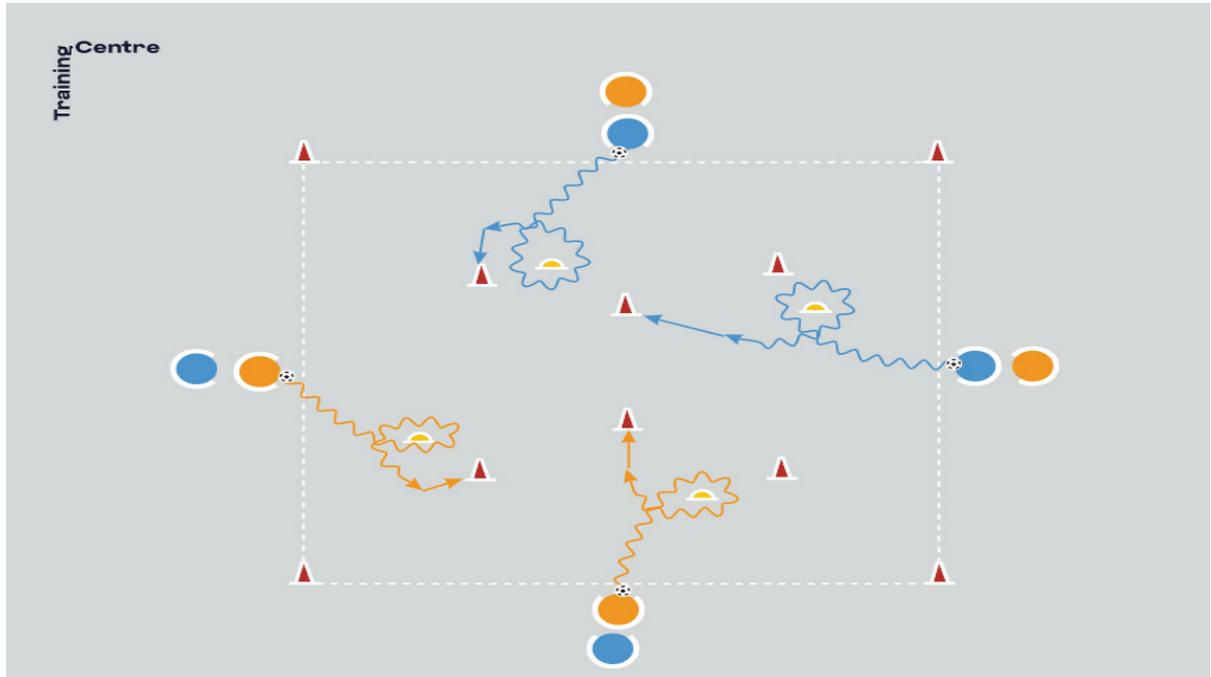


Conduire le ballon et éliminer

ÉCHAUFFEMENT : CONDUITE DE BALLE



Organisation

- Les joueurs sont répartis par équipes de quatre. Les deux équipes effectuent le circuit à tour de rôle. L'objectif est de partir en conduite de balle, de contourner le petit plot puis d'effectuer une passe en direction du grand plot. L'équipe qui touche le plus de grands plots gagne
- Il est également possible d'organiser des 1 contre 1 : à chaque passage, un joueur vert affronte un joueur rouge. Au terme des quatre passages, l'équipe qui a touché le plus de grands plots gagne

Comment rendre l'exercice plus facile

- Les joueurs peuvent effectuer le parcours en courant mais sans ballon

Comment rendre l'exercice plus difficile

- Les joueurs doivent contourner deux ou trois petits plots balle au pied avant de pouvoir effectuer une passe en direction d'un grand plot

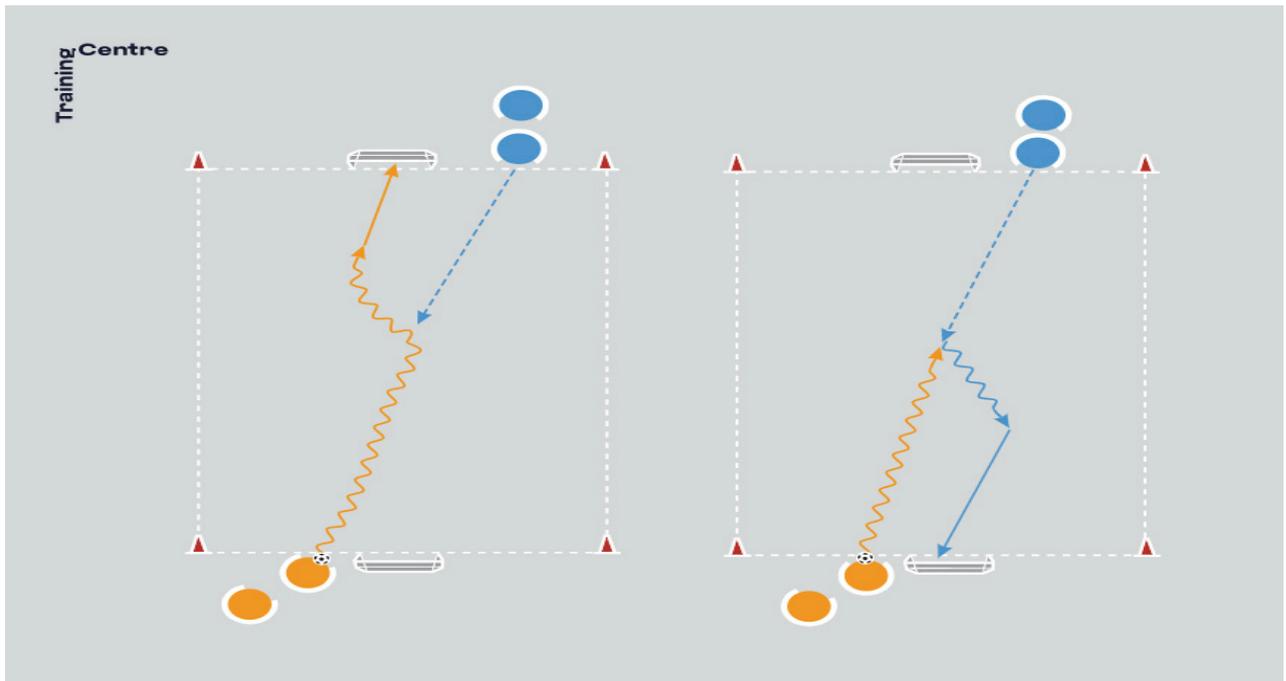
Bonnes questions à poser aux enfants

- Pouvez-vous essayer de conduire le ballon en gardant la tête levée ?
- Pouvez-vous changer de rythme d'un plot à l'autre ?
- Pouvez-vous essayer de conduire le ballon des deux pieds ?

Consignes de sécurité

- Demandez aux joueurs de faire attention aux autres joueurs présents dans l'aire de jeu et avertissez-les qu'ils perdront 3 points chaque fois qu'ils toucheront un autre joueur pendant le circuit
- Créez un espace de jeu sécurisé

DÉVELOPPEMENT TECHNIQUE 1 CONTRE 1



Organisation

- Préparez plusieurs mini-terrains en vue d'organiser des 1 contre 1
- Placez quatre joueurs sur chaque terrain pour effectuer des rotations
- Les joueurs démarrent à tour de rôle avec le ballon. L'objectif est de partir en conduite, d'éliminer son adversaire et de marquer
- Organisez des 2 contre 1 et des 1 contre 2 pour varier les contraintes tout en conservant la même organisation

Comment rendre l'exercice plus facile

- Demandez aux joueurs de choisir un adversaire de niveau équivalent

Comment rendre l'exercice plus difficile

- Demandez aux joueurs de choisir un adversaire difficile à éliminer

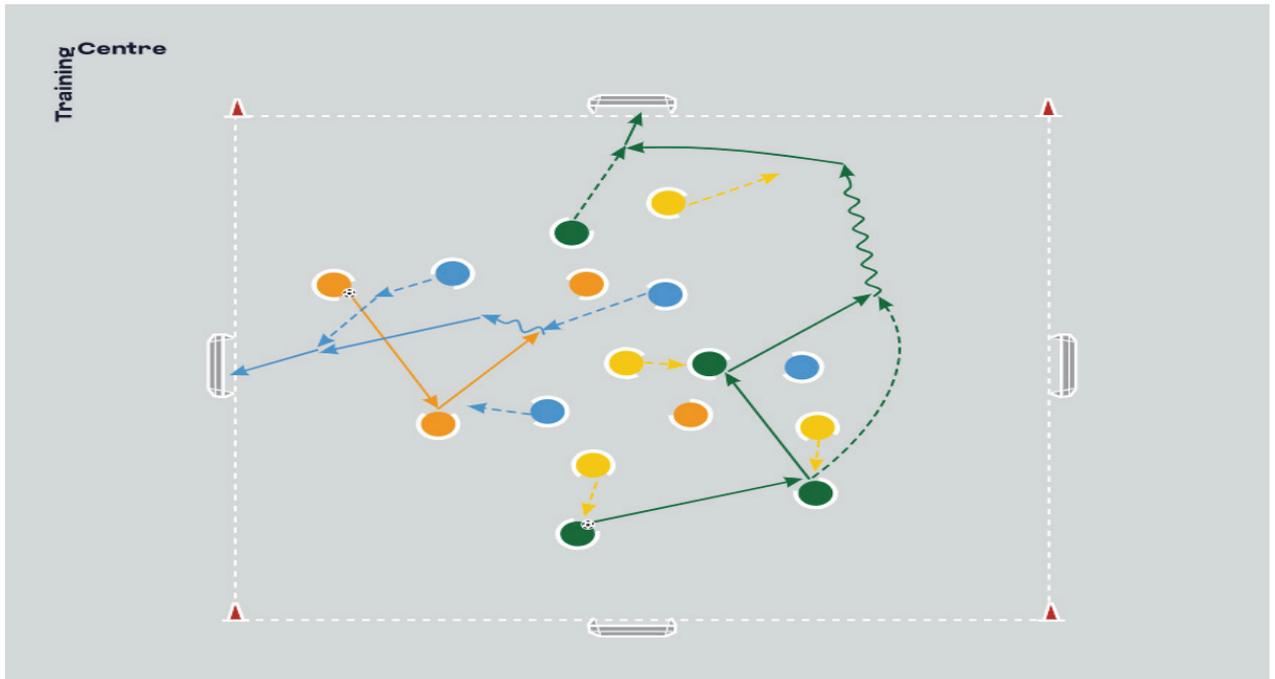
Bonnes questions à poser aux enfants

- Pouvez-vous faire une feinte pour éliminer votre adversaire ?
- Pouvez-vous me montrer les techniques de dribble que vous maîtrisez pour éliminer un adversaire ?
- Montrez-moi comment défendre sur du 1 contre 1. Pouvez-vous essayer d'aller marquer rapidement si vous récupérez le ballon ?

Consignes de sécurité

- Créez un espace de jeu sécurisé

MISE EN APPLICATION : JEU RÉDUIT AVEC INTERFÉRENCES



Organisation

- Formez quatre équipes. Matérialisez une aire de jeu carrée et disposez un but sur chacun des quatre côtés pour obtenir deux terrains qui se croisent
- Les verts et les jaunes s'affrontent sur l'un des terrains (droite, gauche) tandis que les orange et les bleus s'affrontent sur l'autre terrain (haut, bas)
- Faire tourner les équipes toutes les 5 minutes pour qu'elles s'affrontent toutes à tour de rôle

Comment rendre l'exercice plus facile

- Une équipe peut avoir des joueurs en plus

Comment rendre l'exercice plus difficile

- Une équipe peut avoir des joueurs en moins

Bonnes questions à poser aux enfants

- Pouvez-vous vous focaliser sur votre match ?
- Pouvez-vous créer des espaces collectivement, en construisant dans la bonne direction ?
- À la perte du ballon, votre équipe peut-elle défendre rapidement son propre but ?

Consignes de sécurité

- Demandez aux joueurs de faire très attention aux joueurs qui les entourent et de se déplacer en levant la tête
- Créez un espace de jeu sécurisé