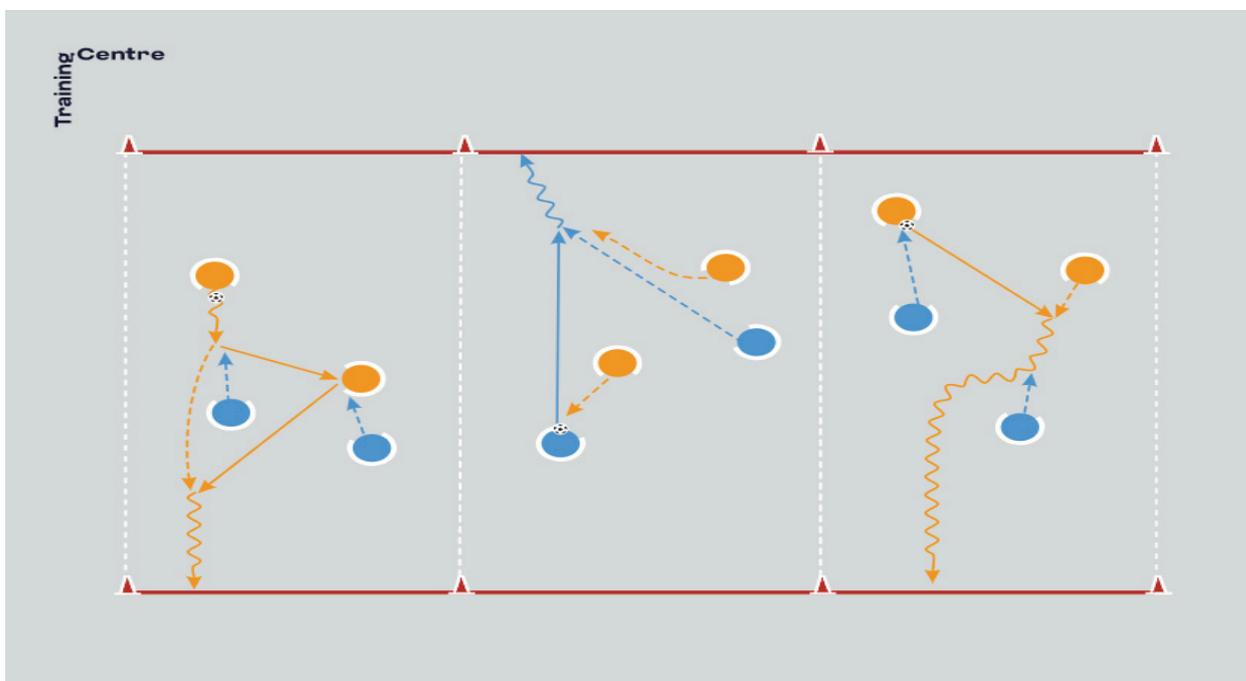


Vers le but avec rythme

ÉCHAUFFEMENT: 2 CONTRE 2, EXERCICE « DE LIGNES »



Conseils d'organisation pour les entraîneurs

- Organisez des mini-matches de 2 contre 2 sur plusieurs terrains
- Laissez les joueurs choisir leurs propres partenaires ou regroupez-les en fonction de leur taille et de leurs aptitudes
- Jouez des matches de courte durée (2-3 min) et créez une compétition avec « montée » ou « descente » des terrains en fonction des résultats
- Les vainqueurs montent d'un terrain et les perdants descendent d'un terrain
- Pour inscrire un point, le ballon doit être arrêté sur la ligne d'en-but

Comment rendre le jeu plus facile

- Les joueurs peuvent lancer et attraper le ballon pour commencer

Comment rendre le jeu plus difficile

- Réduisez la taille du terrain

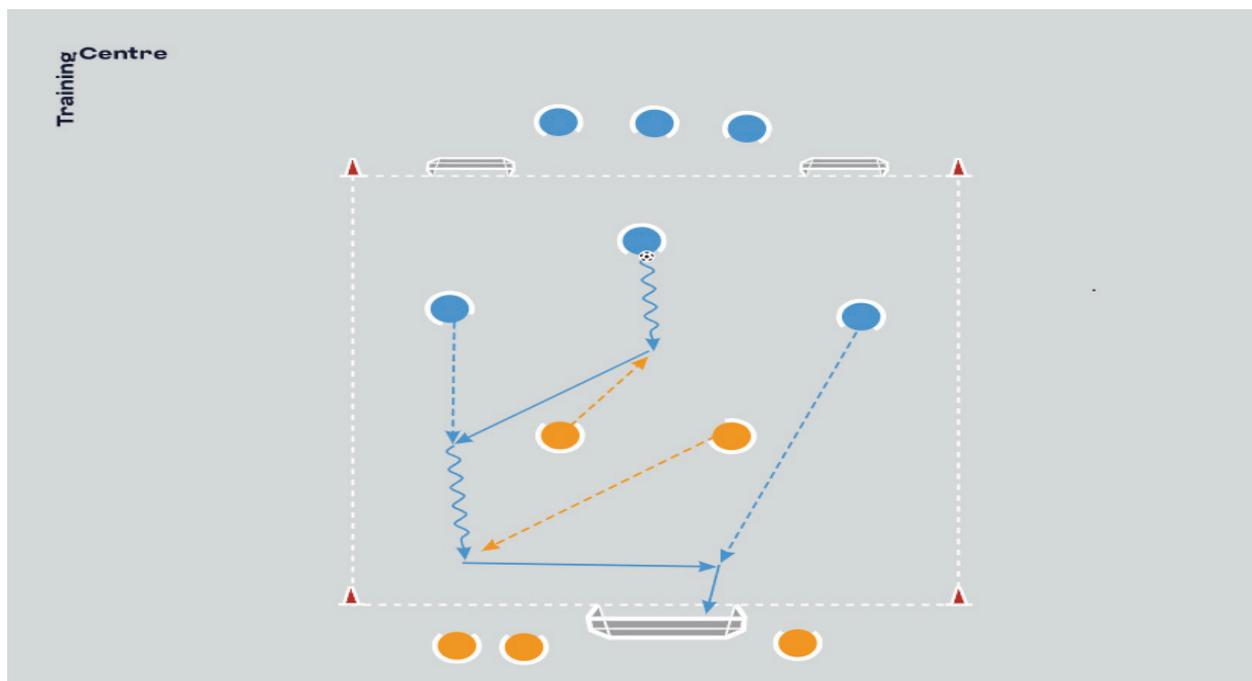
Bonnes questions à poser aux joueurs

- Pouvez-vous essayer de dribbler votre/vos adversaire(s) ?
- Comment pouvez-vous aider votre coéquipier lorsqu'il a le ballon ?
- Que devez-vous faire quand vous perdez le ballon ?
- Comment le respect se matérialise-t-il en match ?

Consignes de sécurité

- Créez des zones de sécurité entre les terrains

DÉVELOPPEMENT TECHNIQUE: 3 CONTRE 2, 3 BUTS, SANS GARDIENS



Conseils d'organisation pour les entraîneurs

- Créez un terrain pour des confrontations de 3 contre 2, avec un grand but au milieu d'un en-but et deux petits buts sur les côtés de l'en-but opposé.
- L'équipe avec trois joueurs attaque le grand but, tandis que l'équipe avec deux joueurs commence par défendre ; si cette dernière récupère le ballon, les défenseurs peuvent contre-attaquer et essayer de marquer dans l'un des petits buts
- Faites tourner les équipes et les postes régulièrement afin que tout le monde ait la possibilité de jouer en tant que trois et deux
- Encouragez les trois attaquants à occuper plus d'espace et à essayer d'utiliser le joueur supplémentaire qui est disponible dans l'espace
- Encouragez les deux défenseurs à essayer de marquer rapidement lorsqu'ils récupèrent le ballon (par ex. dans les cinq secondes)

Comment rendre le jeu plus facile

- Les joueurs peuvent lancer et attraper le ballon pour commencer

Comment rendre le jeu plus difficile

- Ajoutez un gardien dans le grand but
- Limitez le nombre de touches pour l'équipe qui attaque
- Exigez que les trois joueurs en attaque touchent le ballon avant que l'équipe puisse marquer

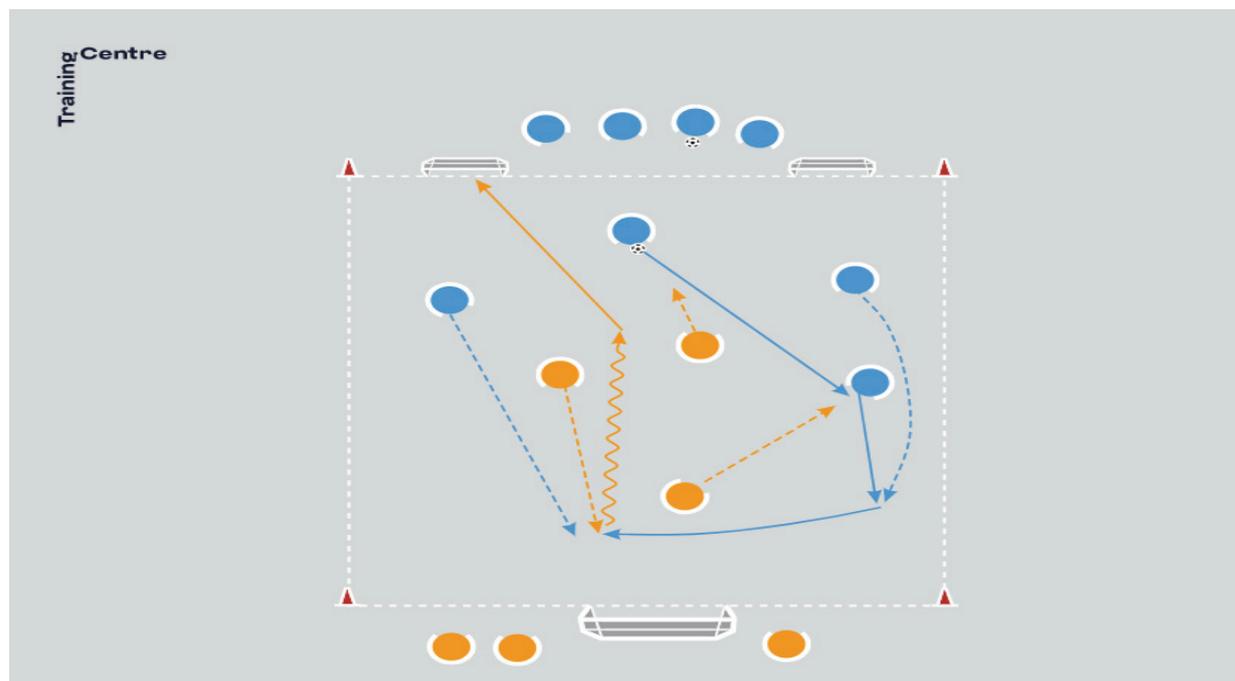
Bonnes questions à poser aux joueurs

- Pouvez-vous essayer de passer le ballon au joueur libre ?
- Si les défenseurs récupèrent le ballon, pouvez-vous passer rapidement de la défense à l'attaque afin de marquer ?
- Si vous perdez le ballon en tant que joueur 3, pouvez-vous rapidement revenir et occuper un des postes défensifs ?
- Comment les valeurs d'honnêteté et de confiance se matérialisent-elles en match ?

Consignes de sécurité

- Créez une zone de sécurité et faites tourner les joueurs pour leur permettre de se reposer

MISE EN APPLICATION: 4 CONTRE 3, 3 BUTS, SANS GARDIENS



Conseils d'organisation pour les entraîneurs

- Créez un terrain pour des confrontations à 4 contre 3, avec un grand but central d'un côté et deux petits buts excentrés à l'opposé
- L'équipe avec quatre joueurs attaque le grand but, tandis que l'équipe avec trois joueurs commence par défendre ; si cette dernière récupère le ballon, les défenseurs peuvent contre-attaquer et essayer de marquer dans l'un des petits buts
- Faites tourner les équipes et les postes régulièrement afin que tout le monde ait la possibilité de jouer en tant que joueur quatre et joueur trois
- Encouragez les quatre attaquants à occuper plus d'espace et à essayer d'utiliser le joueur supplémentaire qui est disponible dans l'espace
- Encouragez les trois défenseurs à essayer de marquer rapidement lorsqu'ils récupèrent le ballon (par ex. dans les cinq secondes)

Comment rendre le jeu plus facile

- Les joueurs peuvent lancer et attraper le ballon pour commencer

Comment rendre le jeu plus difficile

- Ajoutez un gardien dans le grand but
- Limitez le nombre de touches pour l'équipe qui attaque
- Exigez que les quatre joueurs en attaque touchent le ballon avant que l'équipe puisse marquer

Bonnes questions à poser aux joueurs

- Pouvez-vous essayer de passer le ballon au joueur libre ?
- Si les défenseurs récupèrent le ballon, pouvez-vous passer rapidement de la défense à l'attaque afin de marquer ?
- Si vous perdez le ballon en tant que joueur 4, pouvez-vous rapidement revenir et occuper un des postes défensifs ?
- Comment la persévérance se matérialise-t-elle en match ??

Consignes de sécurité

- Créez une zone de sécurité et faites tourner les joueurs pour leur permettre de se reposer