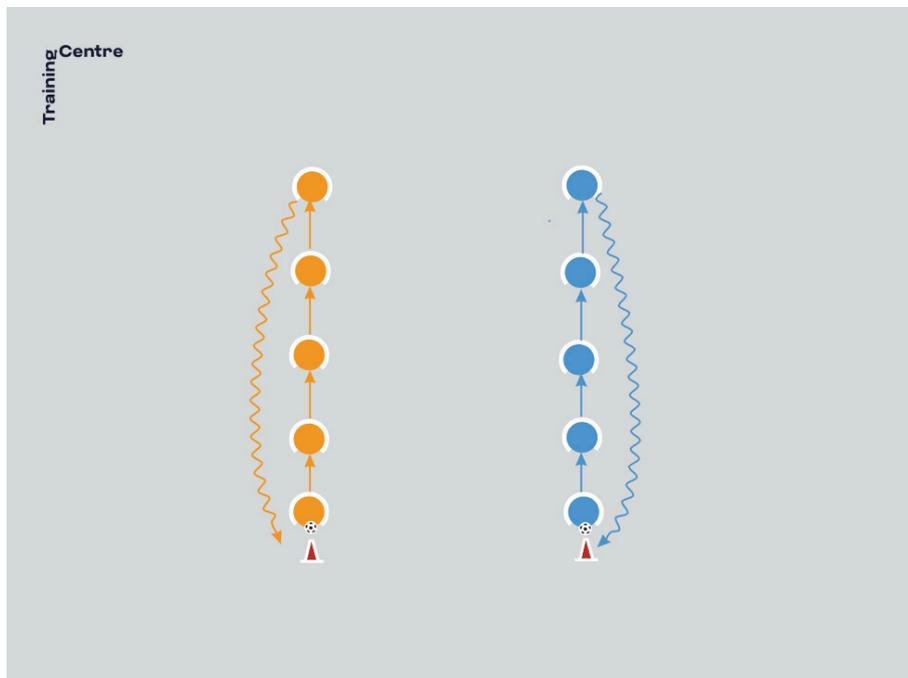


Trouver la passe

ÉCHAUFFEMENT : PASSES DANS LES INTERVALLES



Conseils d'organisation pour les entraîneurs

- Essayez de vous en tenir à six joueurs par équipe au maximum
- Alignez les joueurs sur plusieurs lignes, si nécessaire
- Soyez créatif : réfléchissez à différentes façons de passer le ballon d'avant en arrière
- Organisez une course de relais : la première équipe dont le premier joueur est de retour devant s'impose
- Laissez les joueurs inventer leurs propres jeux
- Attribuez des points aux équipes gagnantes pour rendre l'exercice plus amusant
- Désignez dans chaque équipe un capitaine chargé d'organiser et d'encourager son équipe

Comment rendre le jeu plus facile

- Rapprochez les joueurs

Comment rendre le jeu plus difficile

- Créez un tournoi pour rendre le jeu plus rapide
- Demandez aux joueurs d'utiliser leur mauvais pied
- Demandez aux joueurs de s'éloigner les uns des autres

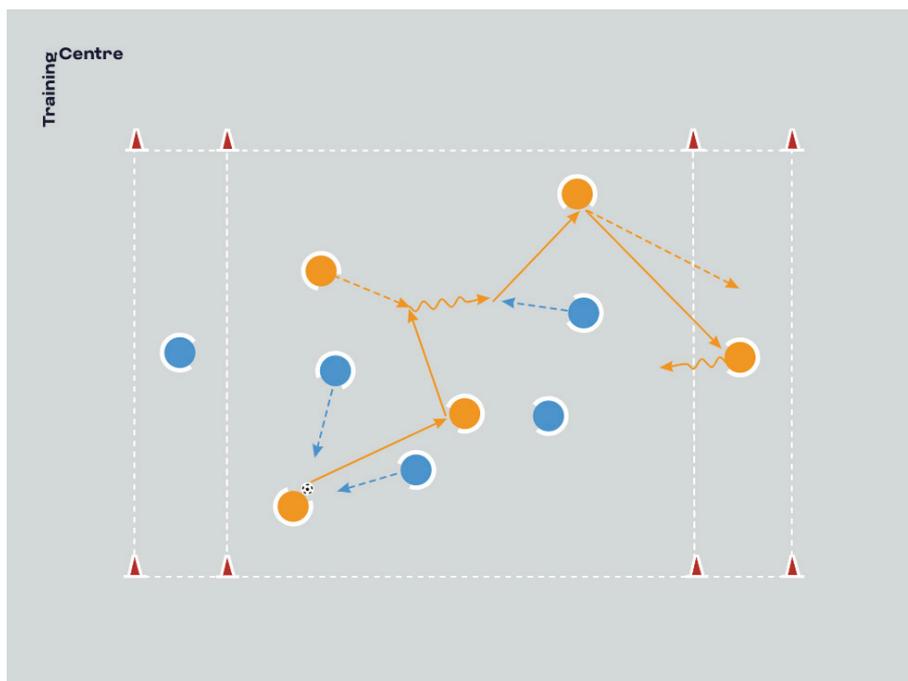
Bonnes questions à poser aux joueurs

- Pouvez-vous me montrer à quoi ressemble un bon travail d'équipe ?
- Que pouvez-vous faire pour bien travailler en équipe ?
- Pouvez-vous me montrer un autre moyen pour passer le ballon d'avant en arrière ?

Conseils de sécurité

- Créez une zone de sécurité entre chaque équipe
- Demandez à tous les joueurs de courir vers l'avant du côté droit de la ligne

ÉVOLUTION TECHNIQUE : BALLE AU CAPITAINE



Conseils d'organisation pour les entraîneurs

- Créez des équipes de nombre égal et désignez un capitaine par équipe
- Amenez les capitaines à assumer des responsabilités et à encourager leur équipe
- Les joueurs doivent garder le ballon et faire une passe à leur capitaine
- Les joueurs se passent le ballon le long de la ligne avec les mains puis avec les pieds
- Pensez à faire tourner les capitaines et veillez à ce que les filles et les garçons assument ce rôle de façon équitable
- Les équipes marquent un point chaque fois que le capitaine reçoit le ballon

Comment rendre le jeu plus facile

- L'équipe en défense ne peut s'emparer du ballon que sur une interception
- Un deuxième capitaine peut courir dans la zone d'en-but pour recevoir la passe

Comment rendre le jeu plus difficile

- Créez un tournoi pour rendre le jeu plus rapide
- Demandez aux joueurs d'utiliser leur mauvais pied
- Demandez aux joueurs de s'éloigner les uns des autres

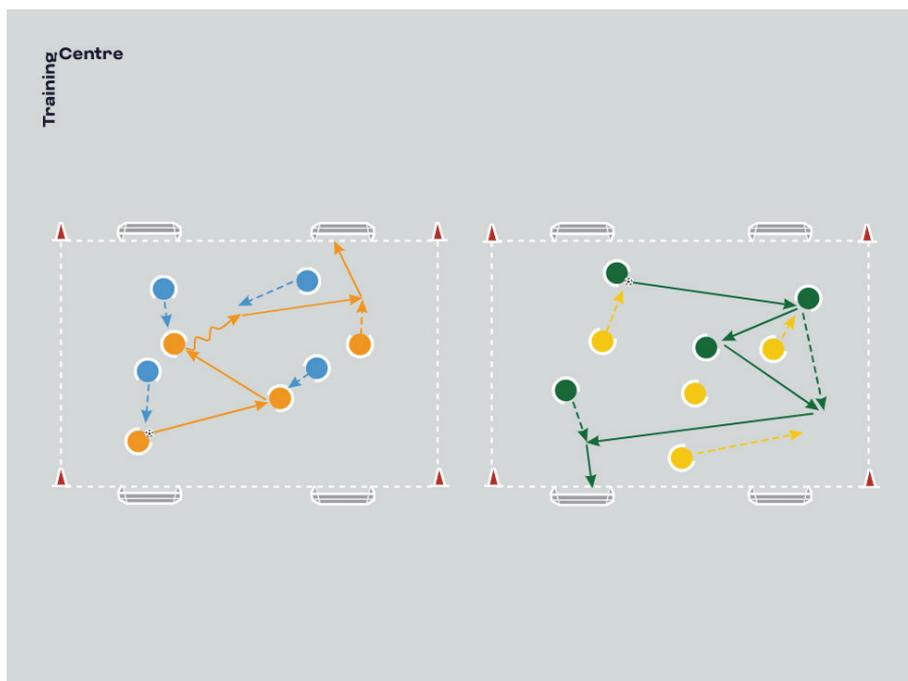
Bonnes questions à poser aux joueurs

- Pouvez-vous me montrer à quoi ressemble un bon travail d'équipe ?
- Que pouvez-vous faire pour bien travailler en équipe ?
- Pouvez-vous me montrer un autre moyen pour passer le ballon d'avant en arrière ?

Conseils de sécurité

- Créez une zone de sécurité entre chaque équipe
- Demandez à tous les joueurs de courir vers l'avant du côté droit de la ligne

MISE EN APPLICATION : 4 CONTRE 4, 4 BUTS, PAS DE GARDIEN



Conseils d'organisation pour les entraîneurs

- Équipes de 4 contre 4 sans gardien. Quatre buts par terrain. Les équipes peuvent attaquer sur deux buts en demi-terrain et sur quatre en grand terrain
- Configurez plusieurs terrains et faites tourner les équipes toutes les quelques minutes
- Organisez un tournoi : accordez des points aux gagnants ou comptez les buts marqués
- Jouez les corners et les touches à la main
- Demandez aux joueurs de prendre la responsabilité d'arbitrer leurs propres matches

Comment rendre le jeu plus facile

- Une équipe peut être en surnombre
- Une équipe peut marquer dans trois des quatre buts et l'autre équipe seulement dans le but restant

Comment rendre le jeu plus difficile

- Le joueur le plus proche du but peut devenir gardien
- Définissez des conditions pour marquer : jeu à une touche de balle, par exemple
- Limitez le nombre de touches par joueur
- Votre équipe doit marquer dans les quatre buts pour gagner le match

Bonnes questions à poser aux joueurs

- Comment peut-on bien communiquer avec ses coéquipiers ?
- Que devez-vous faire quand votre équipe perd le ballon ?
- Pouvez-vous inscrire un but de la tête et marquer ainsi trois points ?

Conseils de sécurité

- Créez une zone de sécurité entre chaque terrain
- Donnez aux joueurs un peu de repos entre chaque mini-match et des pauses boissons, si nécessaire