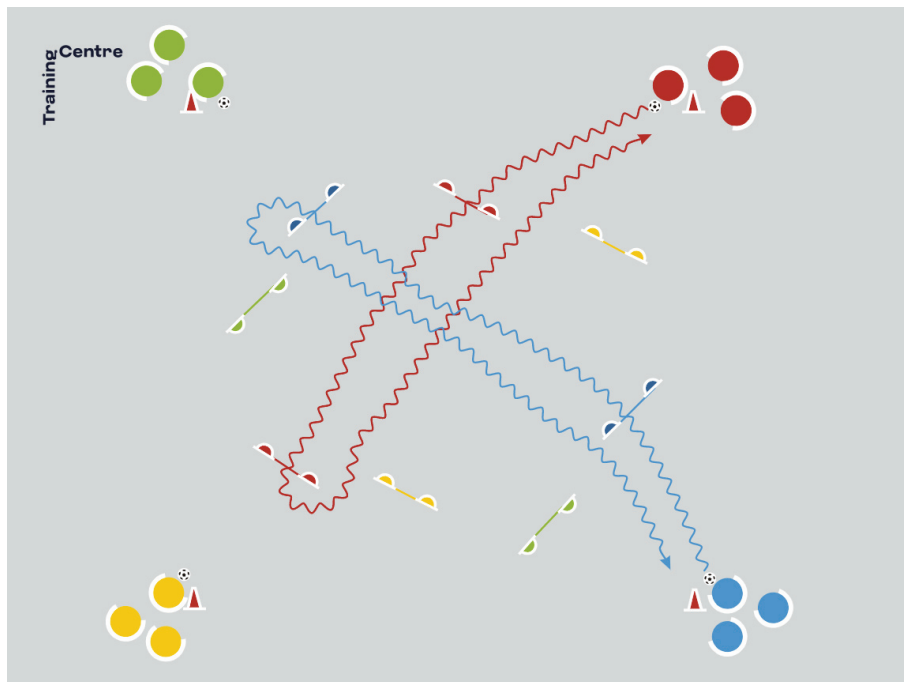


Dribble et conscience du jeu

ÉCHAUFFEMENT: CIRCUIT DE FINITION



Conseils d'organisation pour les entraîneurs

- Organiser 4 équipes de joueurs – 1 équipe dans chaque angle d'un terrain carré
- Chaque équipe a une couleur avec des portes de même couleur à l'intérieur du carré
- Chaque joueur doit conduire le ballon à travers sa porte de couleur et passer le relais au prochain joueur, course de relais entre les équipes
- Chaque équipe doit ensuite passer par sa propre couleur et par une autre couleur, etc.
- Les joueurs peuvent également passer par deux, conduire le ballon et faire la passe à travers les portes avant de revenir.

Comment rendre le jeu plus facile

- Vous pouvez commencer avec une simple compétition en courant et sans ballons
- Vous pouvez également faire différents mouvements physiques : sautiller, sauter, sauter à cloche-pied, etc.

Comment rendre le jeu plus difficile

- Augmentez le nombre de portes de couleur dans chaque carré
- Diminuez la largeur des portes

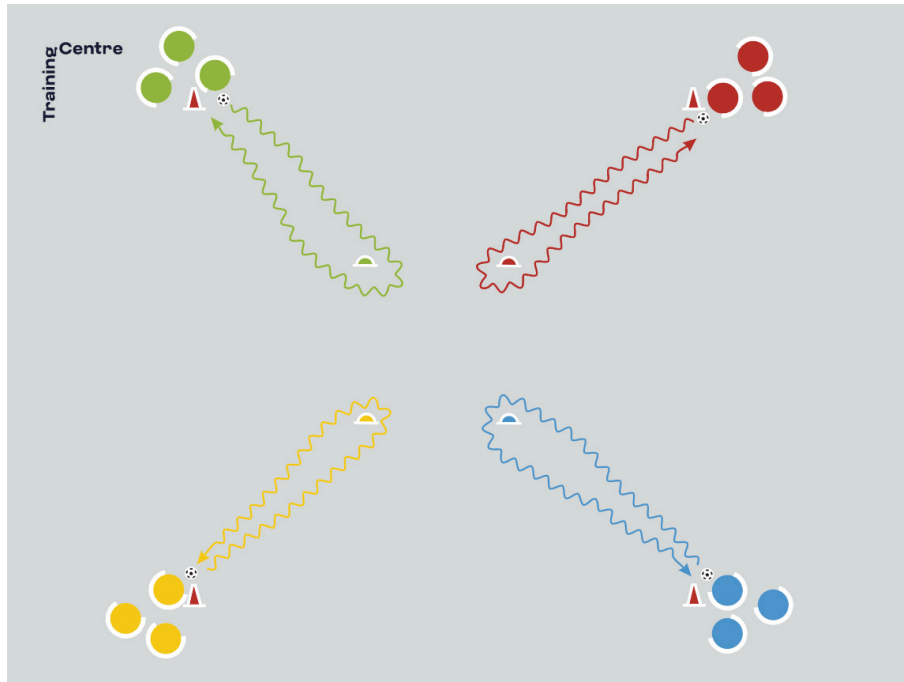
Bonnes questions à poser aux enfants

- Pouvez-vous me montrer à quelle vitesse vous pouvez conduire le ballon en le maintenant sous contrôle ?
- Pouvez-vous me montrer une technique pour tourner avec le ballon quand vous revenez dans votre angle ?
- Pouvez-vous garder la tête haute en conduisant le ballon pour éviter les autres ?

Point de sécurité

- Un seul joueur ou une paire à la fois pour chaque équipe

ÉVOLUTION TECHNIQUE : 3V3 COURSE



Conseils d'organisation pour les entraîneurs

- Organiser 4 équipes de joueurs – 1 équipe dans chaque angle d'un terrain carré
- Chaque équipe a une couleur avec un cône de même couleur à l'intérieur du carré
- Chaque joueur doit conduire le ballon autour du cône de la même couleur et passer le relais au prochain joueur, course de relais entre les équipes
- Chaque joueur/équipe doit ensuite conduire le ballon dans toute la surface
- Chaque équipe désigne un défenseur qui peut retarder les autres joueurs !

Comment rendre le jeu plus facile

- Vous pouvez commencer avec une simple compétition en courant et sans ballons
- Egalement différents mouvements physiques : sautiller, sauter, sauter à cloche-pied, etc.

Comment rendre le jeu plus difficile

- Augmentez le nombre de cônes colorés dans la surface afin que les joueurs doivent conduire le ballon autour de 2 ou 3 cônes avant de revenir
- Ajoutez un défenseur de chaque équipe qui peut se comporter comme un obstacle, les joueurs doivent aussi conduire la balle autour de ces joueurs

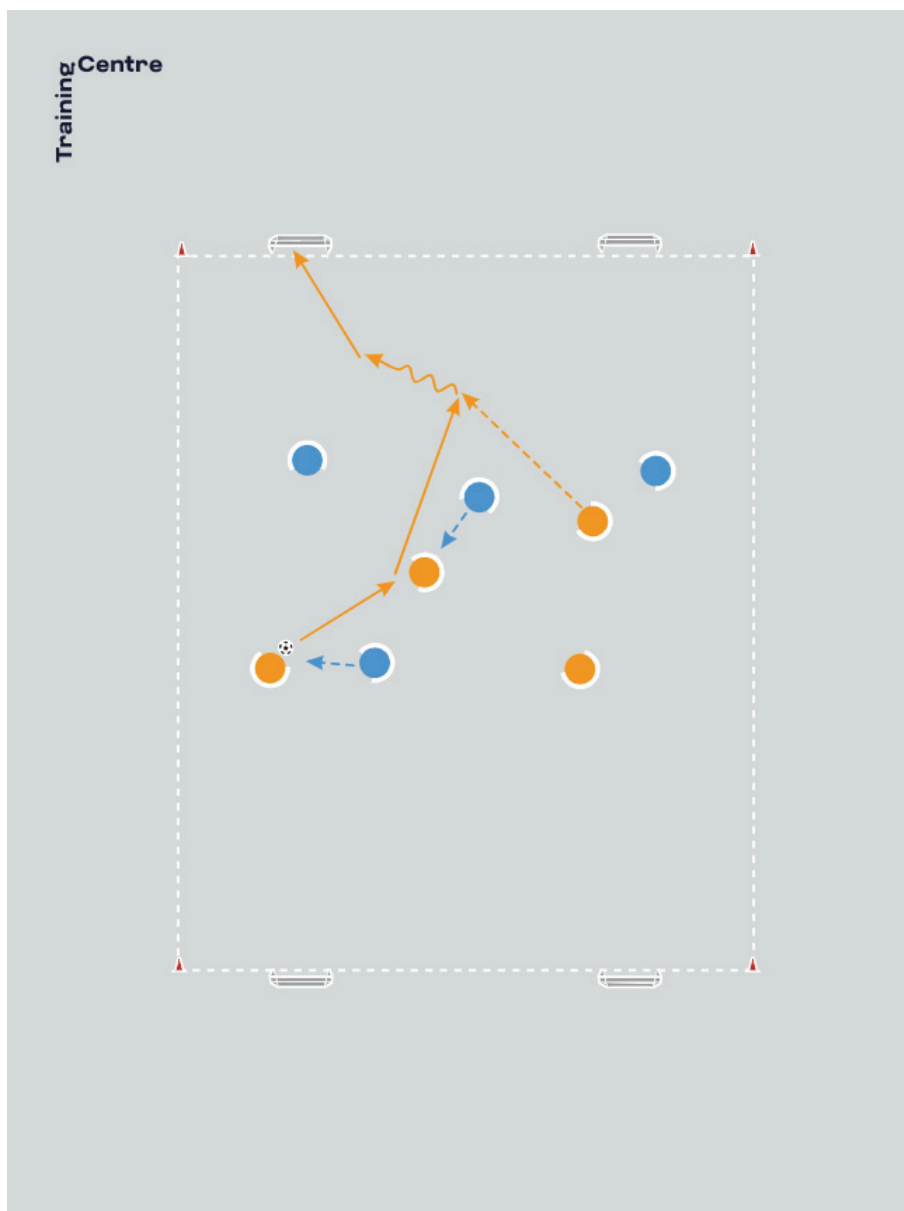
Bonnes questions à poser aux enfants

- Pouvez-vous me montrer à quelle vitesse vous pouvez conduire le ballon en le maintenant sous contrôle ?
- Pouvez-vous me montrer une astuce pour tourner autour du défenseur quand vous revenez dans votre coin ?
- Pouvez-vous garder la tête haute en conduisant le ballon pour éviter les autres ?

Point de sécurité

- Un seul joueur ou une paire à la fois pour chaque équipe

MISE EN APPLICATION: MATCH 6V6



Conseils d'organisation pour les entraîneurs

- Organisez des mini-terrains pour jouer à 4 contre 4, deux buts de chaque côté dans des grandes surfaces
- Les équipes jouent au football normal en se concentrant sur le dribble
- Les joueurs peuvent-ils essayer de dribbler un joueur en situation de 1 contre 1 ?
- S'ils ne peuvent pas, peuvent-ils passer à un partenaire dans un espace qui va essayer de dribbler et de marquer ?

Comment rendre le jeu plus facile

- Vous pouvez jouer en 5 contre 3 pour qu'une équipe ait plus d'espace pour dribbler

Comment rendre le jeu plus difficile

- Une équipe joue avec moins de joueurs
- Proposez des règles pour marquer un but

Bonnes questions à poser aux enfants

- Dans quelles zones du terrain devriez-vous prendre des risques et dribbler avec le ballon ?
- Pouvez-vous me montrer différentes façons de feinter vos adversaires ?

Point de sécurité

- Créez des zones de sécurité entre les terrains