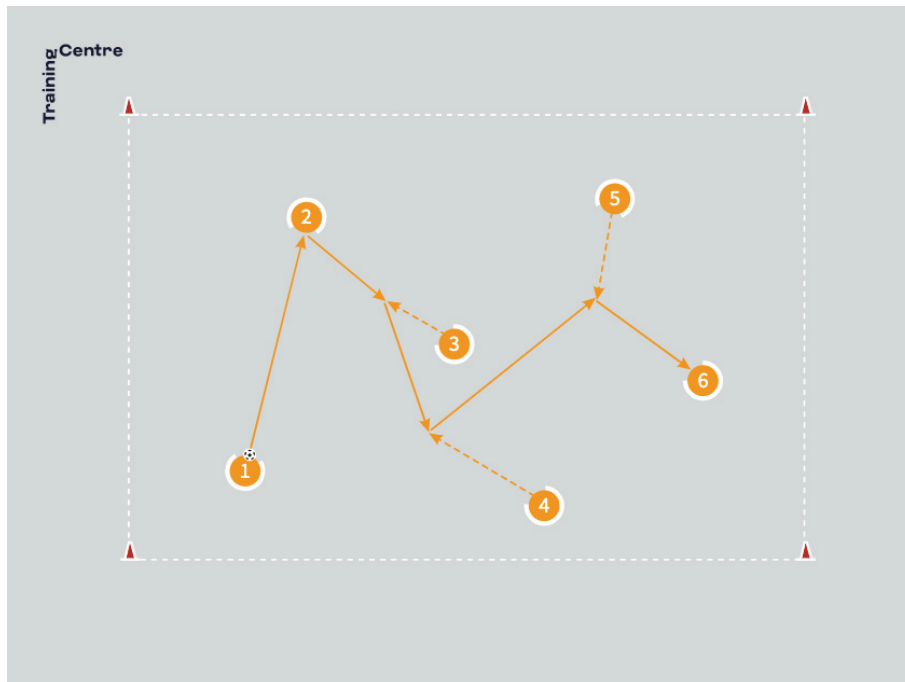


## Passe-et-va



### ÉCHAUFFEMENT : PASSES ET DÉPLACEMENTS



#### Organisation

- Formez des groupes de six joueurs maximum. Chaque joueur se voit attribuer un numéro.
- Les joueurs doivent faire des passes à la main à tour de rôle, en équipe et sans faire tomber le ballon.
- Encouragez les joueurs à se déplacer après chaque passe, puis obligez-les à contourner au moins un cône.
- Les joueurs doivent faire le tour de l'aire de jeu après la passe.
- Organisez des courses entre les groupes : le premier groupe à atteindre un certain nombre de passes sans faire tomber le ballon gagne. Si le ballon tombe, le groupe recommence à zéro.
- Demandez aux joueurs de faire preuve de créativité pour les passes et les réceptions. Montrez-leur qu'il existe différentes façons de passer la balle à la main.

#### Comment rendre l'exercice plus facile

- Les joueurs commencent immobiles et passent dans le bon ordre.

#### Comment rendre l'exercice plus difficile

- Les joueurs doivent toujours être en mouvement.
- Ils ne peuvent lancer ou attraper le ballon qu'avec une seule main.
- Vous pouvez ajouter un joueur de chaque groupe pour intercepter la balle d'une autre équipe.

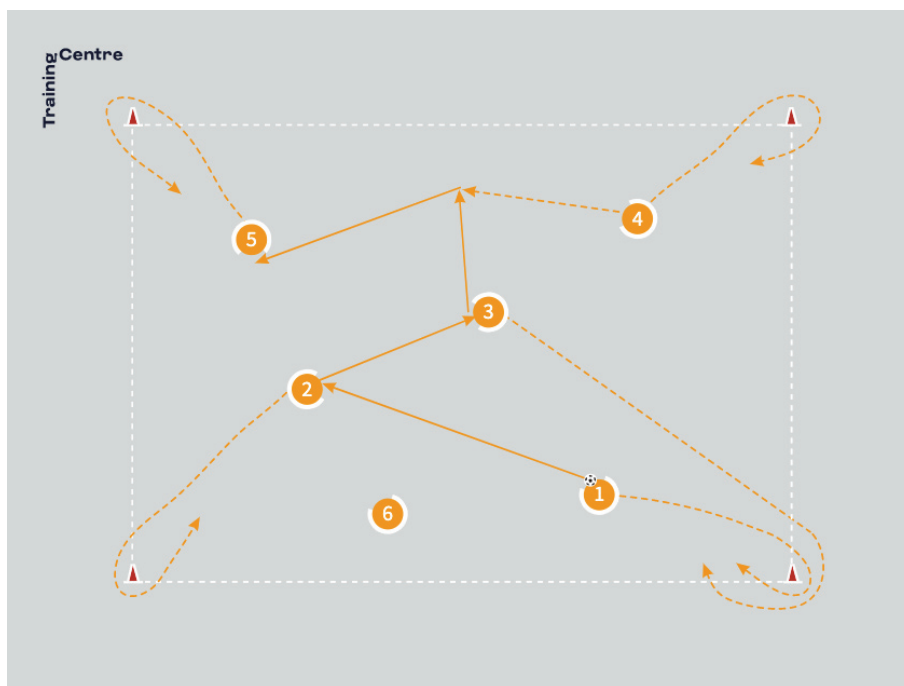
#### Bonnes questions à poser aux enfants

- Pouvez-vous vous concentrer sur la précision de votre passe au joueur suivant ?
- Pouvez-vous lancer la balle de différentes manières ?
- Comment pouvez-vous vous aider à transmettre le ballon rapidement sans le faire tomber ?

#### Conseils de sécurité

- Gardez toujours la tête haute pour voir vos coéquipiers et ne pas leur rentrer dedans.

## DÉVELOPPEMENT TECHNIQUE : PASSES ET DÉPLACEMENTS



### Organisation

- Formez des groupes de six joueurs maximum. Chaque joueur se voit attribuer un numéro.
- Les joueurs doivent faire des passes au pied à tour de rôle, en équipe et sans faire sortir le ballon de l'aire de jeu.
- Encouragez les joueurs à se déplacer après chaque passe, puis obligez-les à contourner au moins un cône.
- Les joueurs doivent faire le tour de l'aire de jeu après la passe.
- Organisez des courses entre les groupes : le premier groupe à atteindre un certain nombre de passes sans faire sortir le ballon gagne. Si le ballon sort de l'aire de jeu, le groupe recommence à zéro.
- Demandez aux joueurs de faire preuve de créativité pour les passes et d'utiliser différentes surfaces du pied.

### Comment rendre l'exercice plus facile

- Les joueurs commencent immobiles et passent dans le bon ordre.

### Comment rendre l'exercice plus difficile

- Les joueurs doivent toujours être en mouvement.
- Ils doivent impérativement utiliser leur pied faible ou jouer à une touche de balle.
- Vous pouvez ajouter un joueur de chaque groupe pour intercepter la balle d'une autre équipe.

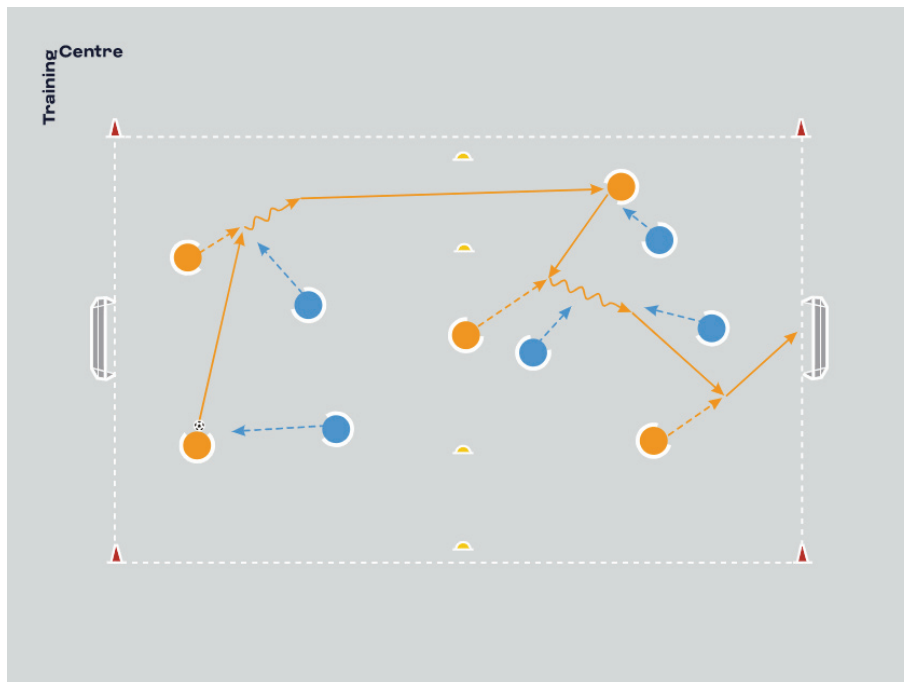
### Bonnes questions à poser aux enfants

- Pouvez-vous vous concentrer sur la précision de vos passes ?
- Pouvez-vous essayer différentes façons de passer le ballon ?
- Comment pouvez-vous vous aider à transmettre le ballon en équipe ?

### Conseils de sécurité

Gardez toujours la tête haute pour voir vos coéquipiers et ne pas leur rentrer dedans.

## MISE EN APPLICATION : OPPOSITION À EFFECTIFS RÉDUITS - APPRENDRE EN JOUANT



### Organisation

- Formez des petits terrains pour des oppositions à 5 contre 5.
- Délimitez deux portes sur les côtés.
- L'équipe doit franchir au moins une des deux portes avant de marquer un but.
- Ces portes incitent les joueurs à exploiter la largeur et à se déployer sur tout le terrain.
- Encouragez les joueurs à franchir une porte balle au pied ou à se placer de manière à recevoir une passe à travers la porte.
- Appliquez les règles normales, puis faites tourner les équipes s'il y a plusieurs terrains.

### Comment rendre l'exercice plus facile

- Vous pouvez ajouter d'autres portes.

### Comment rendre l'exercice plus difficile

- Vous pouvez réduire la taille des deux portes.

### Bonnes questions à poser aux enfants

- Pouvez-vous essayer de franchir une porte dès que possible ?
- Pourquoi, selon vous, avons-nous placé les portes sur les ailes ?
- Quelle est, selon vous, la meilleure approche pour défendre dans cet exercice ? Pensez-vous qu'il est préférable de défendre les portes ou le but ?

### Conseils de sécurité

- Créez des zones de sécurité entre chaque terrain