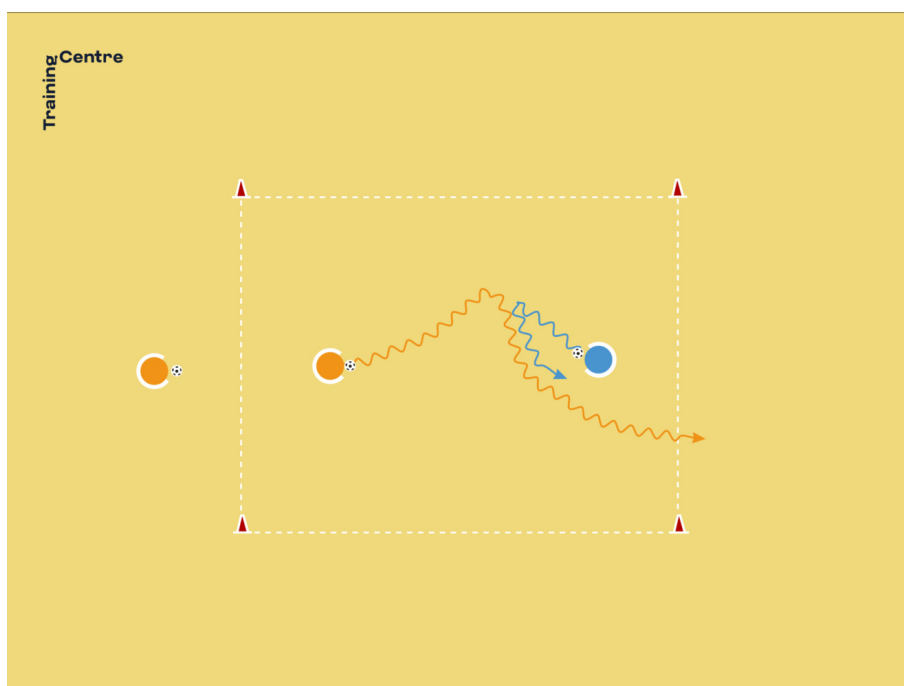


## Beach soccer —●— Dribble / 1 contre 1



### Organisation

- Matérialiser un carré ou un rectangle dans lequel se disputeront les duels.
- Ajuster la distance afin d'augmenter ou de réduire la difficulté.
- Placer deux files de joueurs à chaque extrémité de l'aire de jeu.
- Prévoir un ballon par file.

### Explications

- Un défenseur et un attaquant, chacun muni d'un ballon. L'attaquant doit effectuer un stop-ball derrière la ligne de fond du défenseur. Ce dernier doit essayer de subtiliser le ballon de son adversaire sans perdre le sien.
- Les joueurs changent de rôle après chaque passage.

### Variantes

- Un seul ballon. Deux équipes s'affrontent sur des 1 contre 1 successifs. L'attaquant part avec le ballon au pied pour effectuer un stop-ball derrière la ligne de fond adverse. Si le défenseur récupère le ballon, il peut aller tenter le stop-ball à son tour. Le joueur qui réussit le stop-ball reste sur le terrain et défend sur l'adversaire suivant. Chaque joueur peut effectuer deux passages consécutifs maximum.
- Départ ballon arrêté au centre de l'aire de jeu. Le défenseur ne peut intervenir qu'une fois que l'attaquant a touché le ballon. L'attaquant peut réaliser des feintes de corps avant de partir en conduite pour effectuer un stop-ball dans l'une des portes latérales. Il devra obligatoirement effectuer deux touches minimum pour que le point soit comptabilisé.
- Même exercice, mais l'attaquant doit cette fois effectuer un stop-ball derrière la ligne de fond adverse.

### Points essentiels

- L'attaquant doit éliminer son adversaire le plus rapidement possible.
- Le défenseur doit aller cadrer le porteur.
- Travailler les feintes, avec et sans ballon.