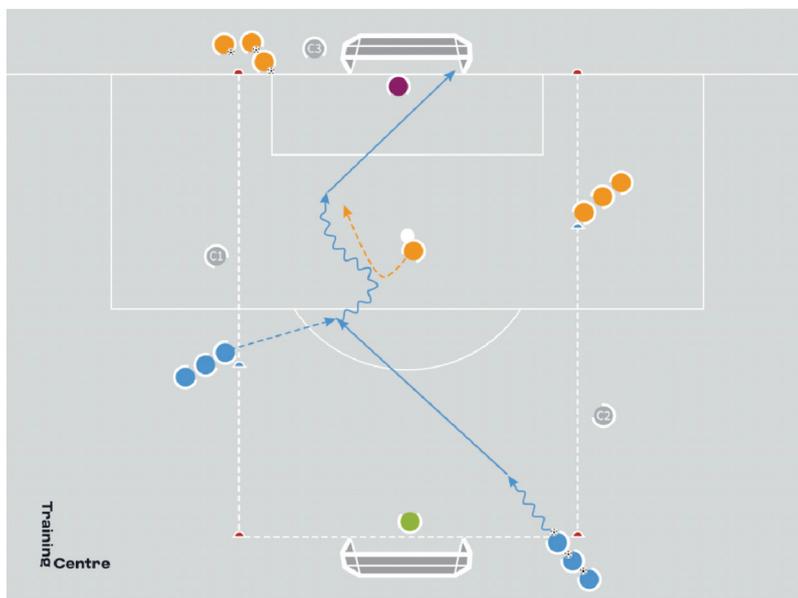


Programme d'encadrement des talents de la FIFA

Dribbler le défenseur et marquer



Organisation

- Délimiter un terrain de 35 x 25 m et placer un but de taille standard (avec gardien) à chaque extrémité.
- Former deux équipes de 2.
- Placer 3 joueurs bleus à l'angle du terrain à droite d'un des buts et 3 joueurs orange à l'opposé, à droite de l'autre but.
- Placer 3 autres joueurs de part et d'autre du terrain, à l'opposé de l'endroit où leurs coéquipiers sont placés par rapport au but.

Consignes

- Un joueur orange se place au milieu du terrain.
- Le premier joueur bleu sur le côté du terrain fait un appel vers l'intérieur en direction du défenseur orange au milieu du terrain.
- Le premier joueur bleu à droite du but fait une passe appuyée en diagonale dans la course du joueur bleu qui fait l'appel.
- Le joueur qui a fait l'appel doit essayer d'éliminer le défenseur orange pour aller marquer. Le défenseur orange doit essayer de l'arrêter.
- Une fois que l'attaquant a marqué ou tiré au but, l'équipe orange entame la séquence de un contre un et le joueur bleu qui a passé le ballon devient le défenseur.

Éléments techniques clés

- Les joueurs offensifs doivent être encouragés à tenter différents types de contrôles orientés et de feintes pour éliminer le défenseur.
- Éliminer le défenseur en effectuant un contrôle orienté et orientant correctement son corps : les joueurs doivent essayer d'attirer le défenseur grâce à une feinte de corps en baissant l'épaule, de façon à inciter l'adversaire à anticiper un départ vers l'intérieur avant de faire un contrôle orienté de l'autre pied pour partir dans l'espace qui s'est ouvert.
- Éliminer l'adversaire en recevant le ballon dans la course grâce à un appel dans le bon tempo et à un contrôle orienté vers l'avant : les attaquants doivent aussi tenter de se mettre en position de recevoir le ballon sans ralentir, puis d'utiliser l'élan ainsi acquis pour éliminer le défenseur d'un contrôle orienté vers l'avant. Effectuer une feinte de départ vers le côté avant de partir à l'intérieur pour contrôler le ballon peut aider à se libérer du marquage du défenseur.

Rôle des entraîneurs

- Entraîneur 1 : explique les règles et l'objectif de l'exercice tout en encourageant les joueurs à se montrer audacieux balle au pied.
- Entraîneur 2 : observe le jeu et encourage les joueurs de temps à autre.
- Entraîneur 3 : reste derrière l'un des buts et aide à fournir les ballons.