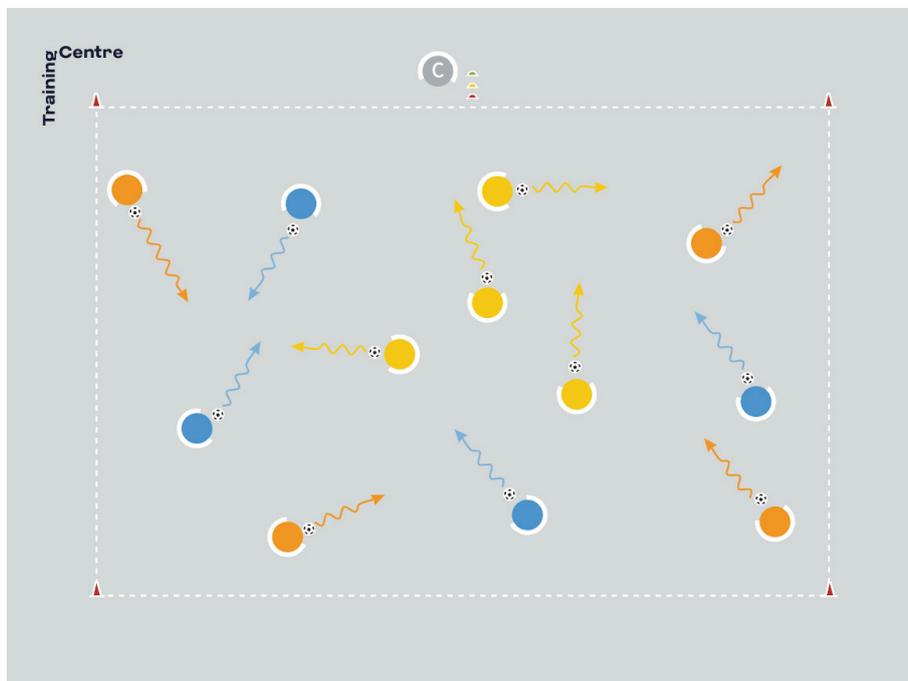


Maîtrise du ballon et jeu combiné

ÉCHAUFFEMENT : JEU DES FEUX DE SIGNALISATION



Conseils d'organisation pour les entraîneurs

- Utilisez si possible un grand espace afin que les joueurs aient suffisamment de place pour essayer de nouvelles choses.
- Chaque joueur a un ballon si possible. Dans le cas contraire, faites le jeu avec la moitié du groupe pour commencer, l'autre moitié observant et encourageant, puis faites changer les groupes.
- Assurez-vous que tous les joueurs ont la possibilité de s'exercer avec un ballon
- Laissez les joueurs décider de la signification de chaque cône de couleur

Comment rendre le jeu plus facile

- Les joueurs peuvent marcher avec le ballon pour commencer

Comment rendre le jeu plus difficile

- Limitez l'espace disponible pour que les joueurs aient plus de difficultés à trouver de l'espace ou à éviter les autres
- Introduisez plus d'actions ou d'interférences

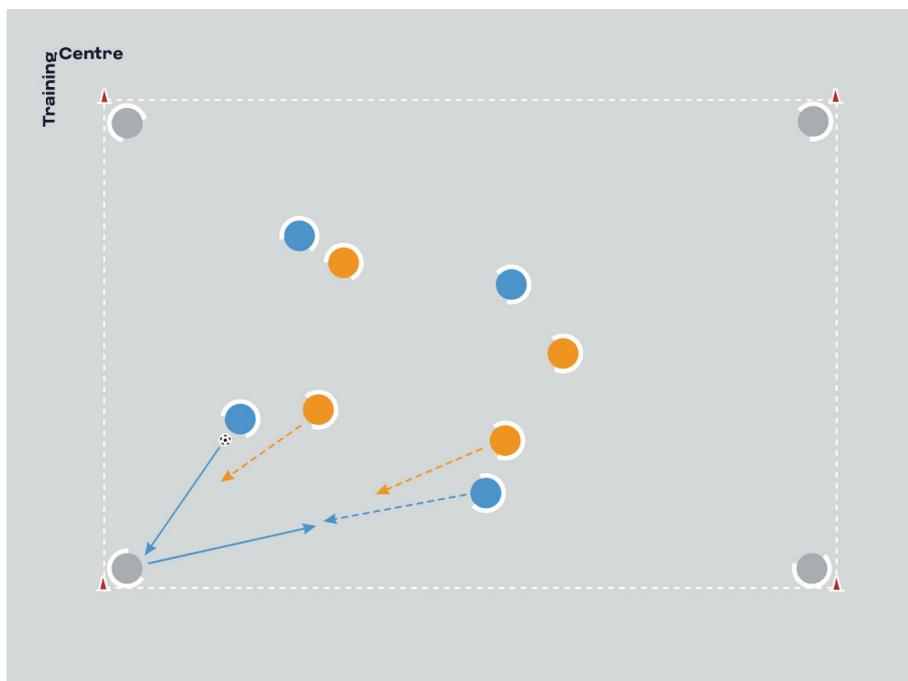
Bonnes questions à poser aux joueurs

- Pouvez-vous me montrer vos techniques et vos dribbles avec le ballon ?
- Pouvez-vous me montrer différentes façons d'arrêter le ballon ?
- Avez-vous été impressionnés par des astuces ou des techniques utilisées par d'autres joueurs ?

Conseils de sécurité

- Les joueurs doivent tant que possible lever la tête pour éviter les collisions

ÉVOLUTION TECHNIQUE : 4 CONTRE 4, TROUVER UN AMI, VISER LES JOUEURS DANS LES COINS



Conseils d'organisation pour les entraîneurs

- Utilisez un grand espace si possible
- Vous pouvez utiliser trois équipes de nombre égal, quel que soit le nombre, et changer la position des receveurs autour du terrain
- Assurez-vous que les receveurs sont toujours attentifs et prêts à recevoir le ballon
- Changez les receveurs après quelques minutes ou si un objectif de points est atteint par l'équipe gagnante

Comment rendre le jeu plus facile

- Laissez les joueurs décider entre eux comment passer, se déplacer et transmettre le ballon à un receveur
- Vous pouvez mettre un receveur au milieu du terrain

Comment rendre le jeu plus difficile

- Définissez un nombre minimum de passes avant de pouvoir passer à un receveur
- Réduisez le nombre de receveurs

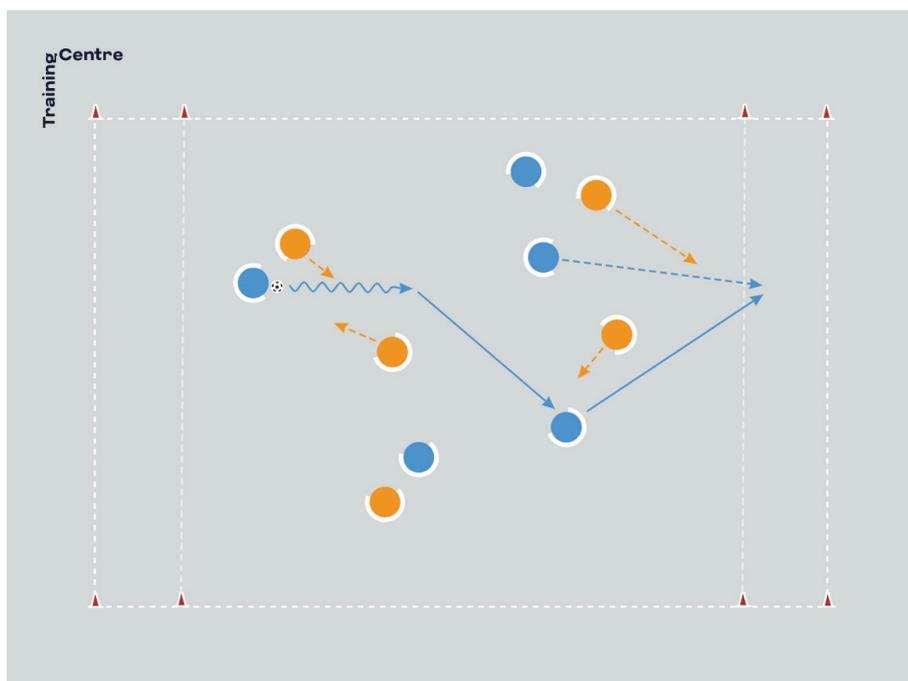
Bonnes questions à poser aux joueurs

- Pouvez-vous me montrer comment vous passez le ballon entre vous ?
- Comment savez-vous que le receveur est prêt à recevoir le ballon ?

Conseils de sécurité

- Créez une zone de sécurité entre chaque terrain

MISE EN APPLICATION : 4 CONTRE 4 AVEC EN-BUT



Conseils d'organisation pour les entraîneurs

- Constituez deux équipes de nombre égal
- Utilisez un grand terrain si possible avec des zones d'en-but pour recevoir le ballon
- Encouragez les joueurs à faire preuve de créativité lorsqu'ils reçoivent le ballon dans la zone d'en-but

Comment rendre le jeu plus facile

- Les joueurs peuvent commencer par courir avec le ballon dans l'en-but puis l'aplatir ou réaliser un arrêt imaginaire.
- Une équipe peut avoir des joueurs en plus

Comment rendre le jeu plus difficile

- Limitez le nombre de touches de balle autorisées par joueur
- Une équipe a moins de joueurs
- Définissez le type de passe à effectuer dans la zone d'en-but – en l'air, au sol, etc.

Bonnes questions à poser aux joueurs

- Comment une équipe peut-elle créer de l'espace pour recevoir une passe ? Montrez-moi !
- Comment faire preuve de créativité pour passer le ballon dans la zone d'en-but ? Montrez-moi !

Conseils de sécurité

- Jouez à ce jeu sur une surface souple (pas du béton)
- Seul le joueur qui reçoit peut entrer dans la zone d'en-but afin de réaliser son « arrêt » dans un espace libre