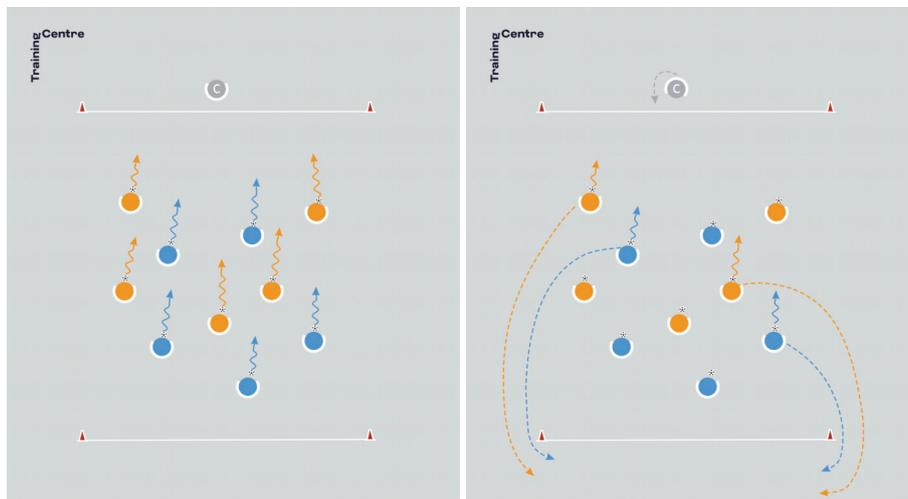


Sentir l'espace

ÉCHAUFFEMENT: UN, DEUX, TROIS, SOLEIL !



Conseils d'organisation pour les entraîneurs

- Essayez de jouer à ce jeu dans un espace suffisant
- Demandez aux joueurs déjà éliminés d'aider le « meneur du jeu » à repérer les joueurs qui bougent encore
- Laissez les joueurs être « meneur du jeu » à tour de rôle

Comment rendre le jeu plus facile

- Les joueurs peuvent porter le ballon (plutôt que de le conduire au pied)
- Les joueurs peuvent marcher avec le ballon (plutôt que de le conduire au pied)

Comment rendre le jeu plus difficile

- Demandez aux joueurs de réaliser plusieurs mouvements physiques pour avancer (par ex. cloche-pied, saut, etc.)
- Les joueurs doivent rester en équilibre sur une jambe, sans bouger
- Les joueurs doivent sauter à cloche-pied avec leur mauvais pied
- Les joueurs doivent se déplacer par paires avec le ballon

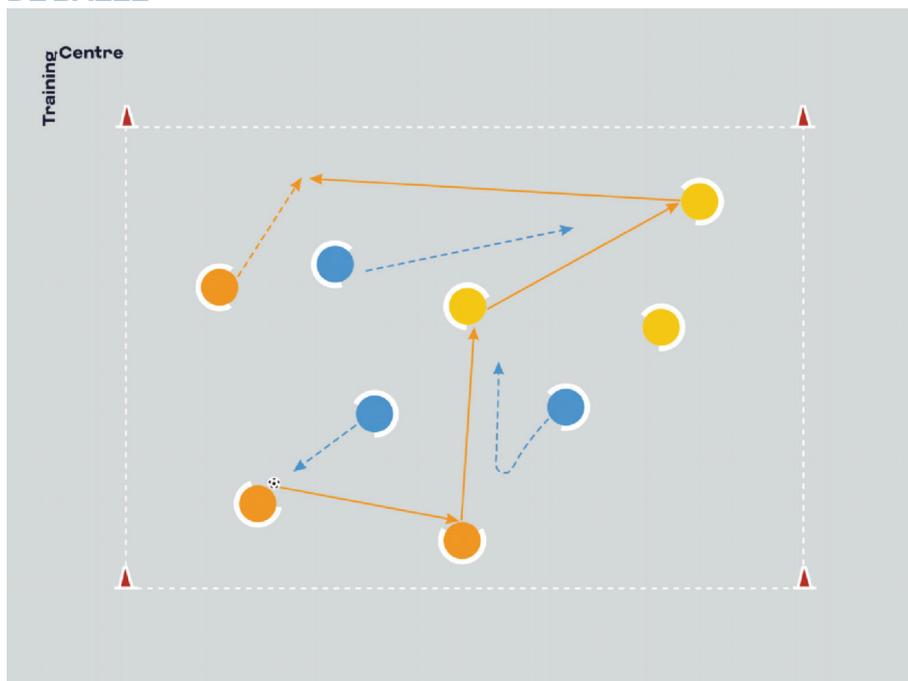
Bonnes questions à poser aux joueurs

- Quelles peuvent être les stratégies utiles pour gagner à ce jeu (par ex. en regardant le meneur à tout moment, en se déplaçant lentement et prudemment) ?
- Si vous jouez avec un ballon, quelles peuvent être de bonnes stratégies pour garder le contrôle de ce ballon (par ex. conduire le ballon avec des mouvements courts, utiliser son pied pour arrêter rapidement le ballon) ?

Conseils de sécurité

- Assurez-vous que tous les joueurs ont suffisamment de place pour se déplacer

ÉVOLUTION TECHNIQUE: 3 + 3 CONTRE 3, JEU DE POSSESSION DE BALLE



Conseils d'organisation pour les entraîneurs

- Répartissez les joueurs par groupe selon leur niveau si possible
- Faites changer les équipes de terrain régulièrement pour avoir différents adversaires et défis à relever
- Encouragez les joueurs à retenir le nombre de points de leur équipe ou demandez à un volontaire de le faire

Comment rendre le jeu plus facile

- Commencez par jouer à la main
- Agrandissez le terrain

Comment rendre le jeu plus difficile

- Augmentez le nombre de passes minimum avant de marquer un point
- Diminuez la surface de jeu
- Donnez à l'équipe en défense un temps limité pour récupérer le ballon

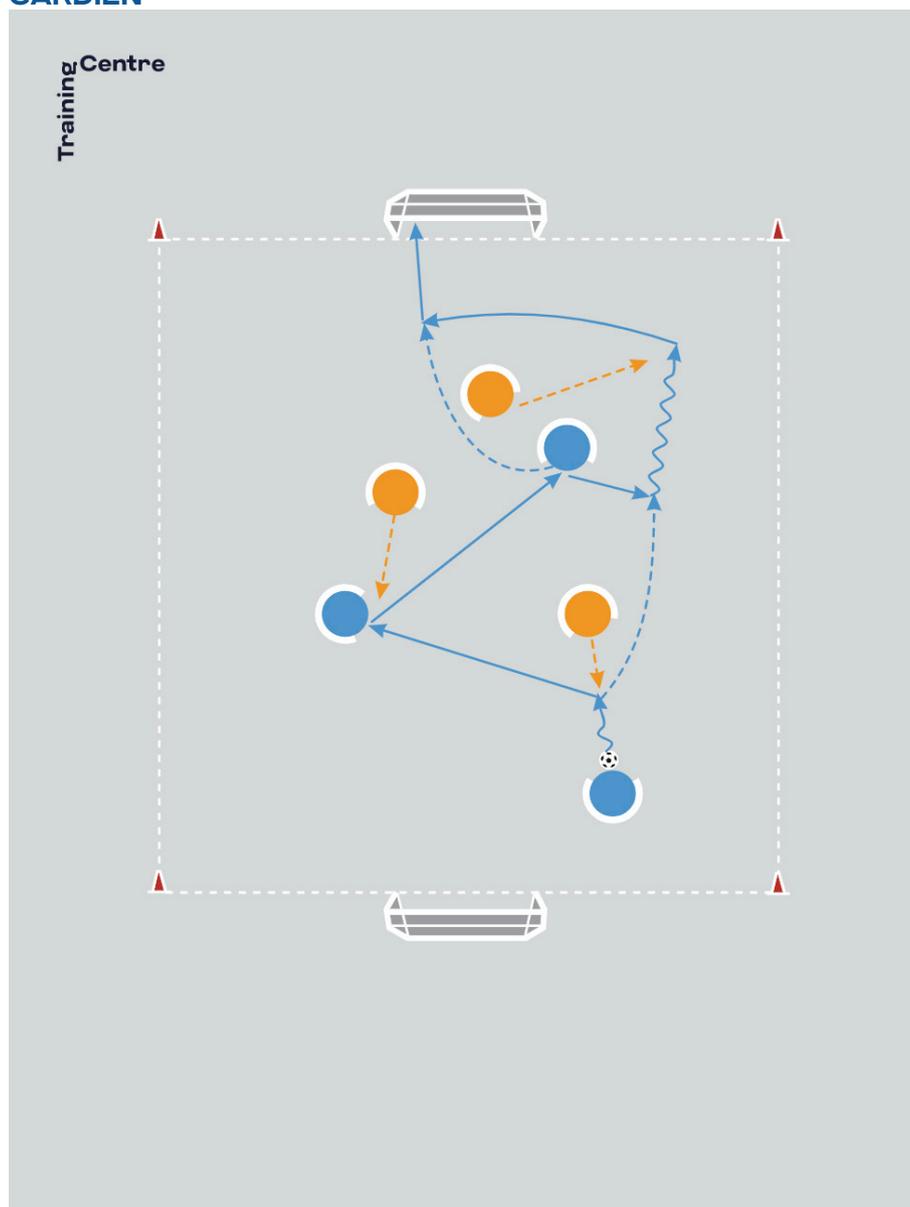
Bonnes questions à poser aux joueurs

- Quelles stratégies les équipes ont-elles utilisé pour atteindre leur objectif ?
- Est-il important d'avoir le soutien des autres joueurs de son équipe ?
- À quoi ressemblerait le jeu si les joueurs ne se soutenaient pas mutuellement ?

Conseils de sécurité

- Créez une zone de sécurité entre chaque terrain
- Accordez des temps de repos aux joueurs

MISE EN APPLICATION : 3 CONTRE 3 AVEC 2 BUTS, SANS GARDIEN



Conseils d'organisation pour les entraîneurs

- Essayez de regrouper les joueurs par aptitude et organisez plusieurs mini-terrains de manière à ne pas avoir plus de 12 joueurs par terrain
- Faites changer les équipes pour qu'elles se reposent toutes les deux minutes ou tous les trois buts
- Redémarrez le jeu par une (rentrée de) touche au pied – pas de corners ni de gardiens de but

Comment rendre le jeu plus facile

- Jouez avec plus d'un but ou d'une cible
- Les joueurs peuvent commencer en se lançant le ballon avec les mains avant de jouer au pied

Comment rendre le jeu plus difficile

- Le joueur le plus proche du but peut utiliser ses mains pour faire office de gardien
- Limitez le nombre de touches de balle autorisées par joueur pour l'équipe en attaque

Bonnes questions à poser aux joueurs

- Quelles stratégies les équipes ont-elles utilisé pour atteindre leur objectif ?
- Dans ce jeu, il faut que les équipes travaillent bien ensemble et que les coéquipiers se soutiennent mutuellement. Les bons amis se soutiennent aussi mutuellement. Quand peut-il être utile d'avoir le soutien de ses amis ?