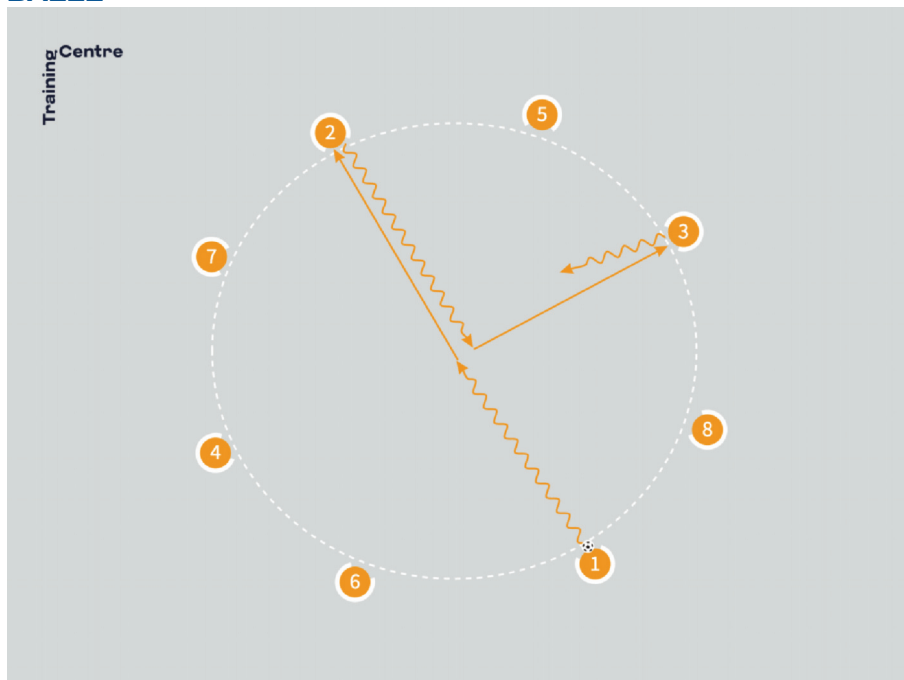


## Prenez-les

### ÉCHAUFFEMENT : JEU AVEC LES MAINS, POSSESSION DE BALLE



#### Conseils d'organisation pour les entraîneurs

- Essayez d'avoir des groupes de 8-10 joueurs au maximum
- Répartissez les joueurs par groupe selon leur niveau si possible
- Assurez-vous que chaque joueur connaisse son numéro et la personne à qui il fera la passe – vérifiez que les joueurs ont bien compris Demandez aux joueurs de crier leur numéro et celui de la personne à qui ils passent le ballon ? (par ex. « numéro 2 passe à numéro 3 »)
- Plus tard, demandez-leur de crier leur nom et celui de la personne à qui ils passent le ballon (par ex. Je suis Pierre et je passe la balle à Mohammed)

#### Comment rendre le jeu plus facile

- Les joueurs peuvent passer dans n'importe quel ordre

#### Comment rendre le jeu plus difficile

- Fixez une limite de temps à chaque mouvement de 3 secondes
- Encouragez les joueurs à produire différentes feintes lorsqu'ils se déplacent avec le ballon

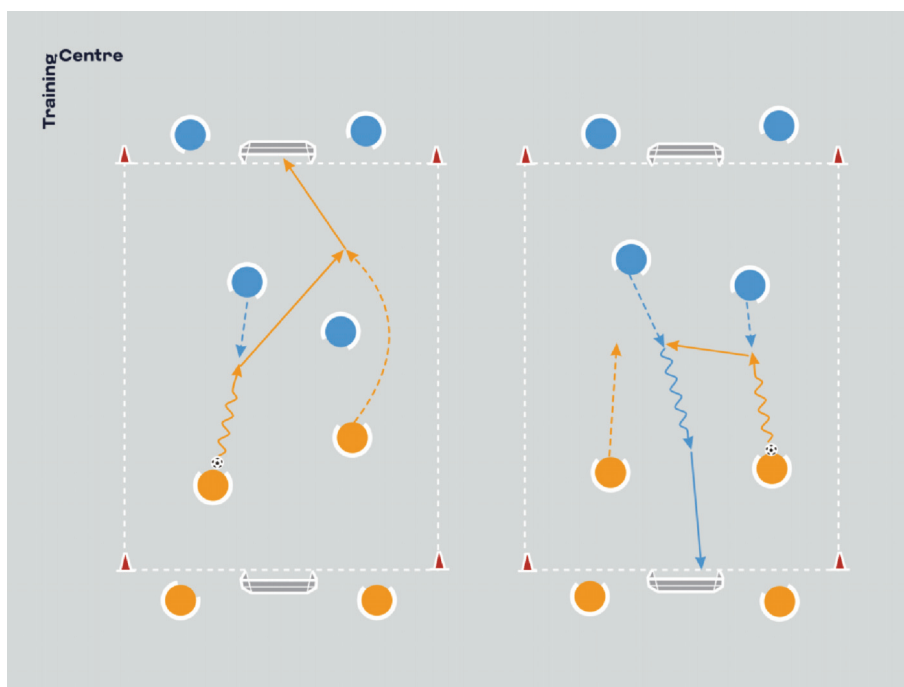
#### Bonnes questions à poser aux joueurs

- Pouvez-vous me montrer un moyen de courir avec le ballon ?
- Pouvez-vous essayer différentes façons de passer le ballon ?
- Comment savez-vous quand les autres joueurs sont prêts à recevoir le ballon ? (par ex. écoutez ce qu'ils vous disent)

#### Conseils de sécurité

- Les joueurs courent la tête haute et ralentissent à l'approche du receveur

## ÉVOLUTION TECHNIQUE : 1 CONTRE 1, 2 CONTRE 1 AVEC 2 BUTS, SANS GARDIEN



### Conseils d'organisation pour les entraîneurs

- Essayez de regrouper les joueurs par niveau et organisez plusieurs mini-terrains de manière à ne pas avoir plus de six joueurs par terrain
- Encouragez les joueurs à appeler leur coéquipier lorsqu'ils sont prêts à recevoir le ballon. Rappelez aux joueurs de bien écouter leurs coéquipiers et de savoir qui les appellent et ce qui leur est dit

### Comment rendre le jeu plus facile

- Vous pouvez commencer sans gardien, afin d'avoir un but ouvert pour marquer
- Concentrez-vous sur les passes réussies par les paires de joueurs

### Comment rendre le jeu plus difficile

- Le gardien peut capter le ballon dans tout le terrain
- Limiter le nombre de touches quand on joue en 2 contre 1

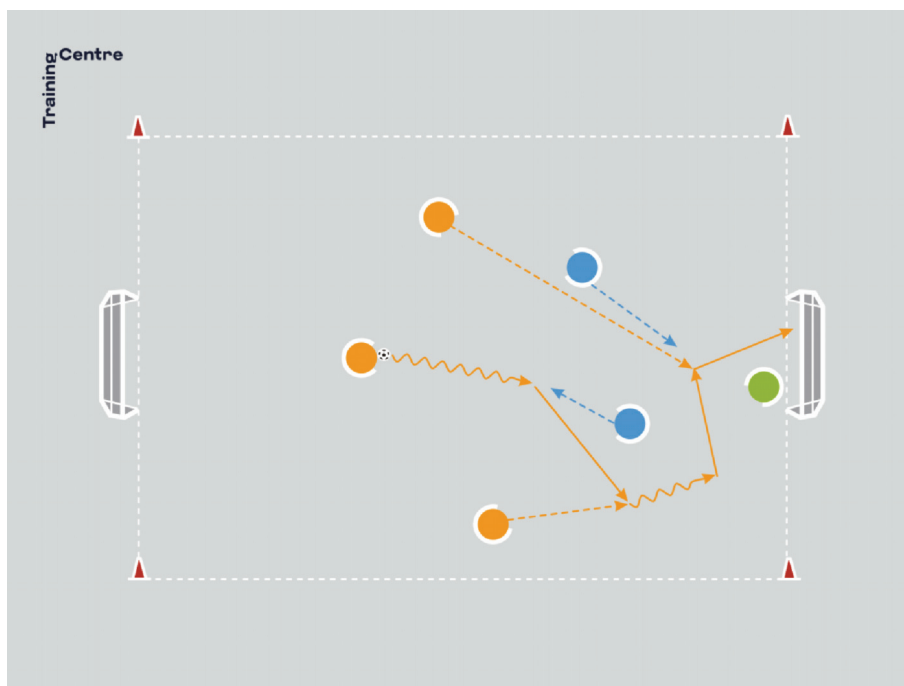
### Bonnes questions à poser aux joueurs

- Pouvez-vous essayer de dribbler votre adversaire à chaque fois que cela est possible ?
- Arrivez-vous à tromper votre adversaire lorsque vous dribblez ?
- À 2 contre 1, pouvez-vous appeler votre coéquipier pour qu'il sache que vous êtes libre ?
- Comment les joueurs communiquent-ils dans ce match ?
- Que se passerait-il si un joueur arrêta d'écouter ses coéquipiers ?

### Conseils de sécurité

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

## MISE EN APPLICATION : 3 CONTRE 2 AVEC GARDIEN



### Conseils d'organisation pour les entraîneurs

- Essayez de regrouper les joueurs par niveau et organisez plusieurs mini-terrains de manière à ne pas avoir plus de dix joueurs par terrain
- Encouragez les joueurs à appeler leur coéquipier lorsqu'ils sont prêts à recevoir le ballon. Rappelez aux joueurs de bien écouter leurs coéquipiers et de savoir qui les appellent et ce qui leur est dit
- Faites tourner les équipes pour qu'elles se reposent après deux matches

### Comment rendre le jeu plus facile

- Commencer en 3 contre 1 plus un gardien de but
- Les joueurs peuvent commencer avec le ballon à la main 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
- Limiter le nombre de touches pour l'équipe avec trois joueurs de champ
- Donner une limite de temps pour marquer un but

### Bonnes questions à poser aux joueurs

- Pouvez-vous essayer de dribbler votre adversaire à chaque fois que cela est possible ?
- Arrivez-vous à tromper votre adversaire lorsque vous dribblez ?
- À 2 contre 1, pouvez-vous appeler votre coéquipier pour qu'il sache que vous êtes libre ?
- Comment les joueurs communiquent-ils dans ce match ?
- Pourquoi est-il important d'écouter ses coéquipiers ?

### Conseils de sécurité

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