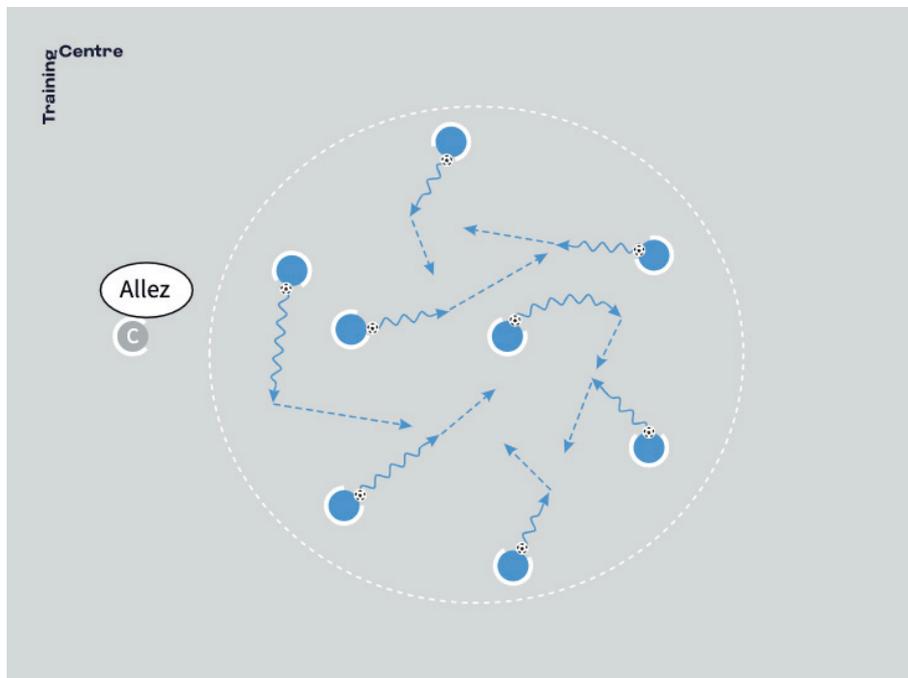


Prendre les bonnes décisions

ÉCHAUFFEMENT: « BALLONS MUSICAUX »



Conseils d'organisation pour les entraîneurs

- Chaque joueur a un ballon et dribble sur le terrain
- Lorsque l'entraîneur crie le mot magique, les joueurs doivent laisser leur ballon et courir pour mettre leur pied sur un autre ballon
- Chaque fois que les joueurs changent, l'entraîneur retire un ballon. Ainsi, tout joueur qui se retrouve sans ballon est éliminé
- Les deux ou trois premiers joueurs éliminés peuvent aider l'entraîneur à enlever des ballons (afin qu'ils restent impliqués) mais vous pouvez également désigner deux ou trois joueurs au début pour assurer cette tâche

Comment rendre le jeu plus facile

- Une seule personne enlève les ballons
- Réduisez la taille du terrain

Comment rendre le jeu plus difficile

- Utilisez trois joueurs pour enlever les ballons
- Augmentez la taille du terrain

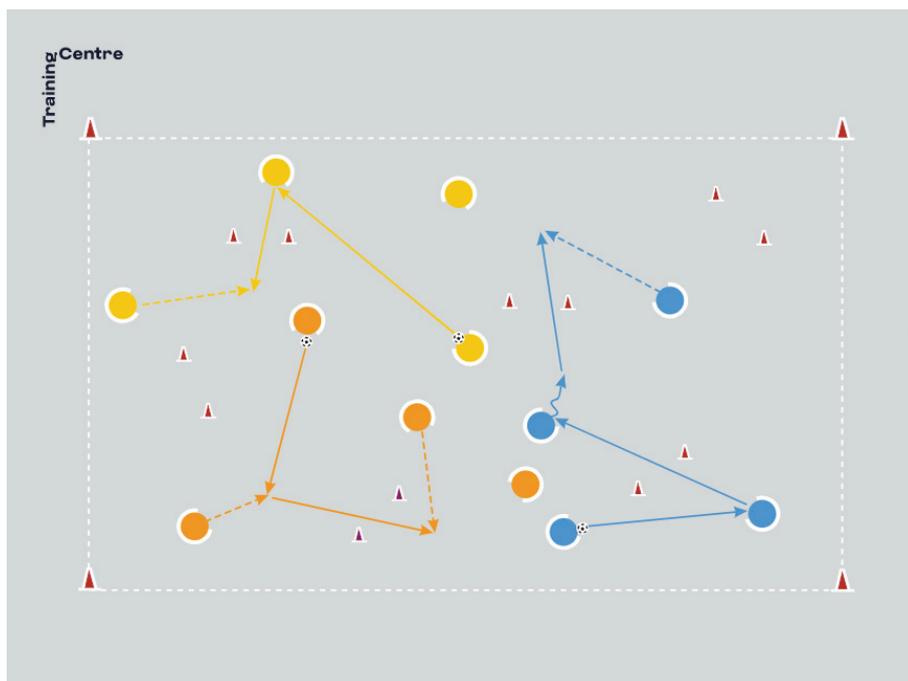
Bonnes questions à poser aux joueurs

- Pouvez-vous repérer rapidement un ballon libre et vous précipiter dessus ?
- Pouvez-vous conduire le ballon en gardant la tête levée ?
- Quelle est, selon vous, la meilleure stratégie pour gagner ?
- Comment vous êtes-vous senti lorsque vous n'avez pas trouvé de ballon ?
- Qu'avez-vous ressenti lorsque vous étiez parmi les trois derniers joueurs en lice pour gagner le jeu ?

Conseils de sécurité

- Encouragez les joueurs à garder la tête levée quand ils avancent balle au pied
- Créez un espace sécurisé pour jouer

ÉVOLUTION TECHNIQUE : JEU DES PORTES



Conseils d'organisation pour les entraîneurs

- Formez trois équipes de quatre ou cinq joueurs et placez dix petites « portes » sur chaque terrain
- Chaque équipe essaie d'effectuer dix passes à travers les portes ; la première équipe qui y parvient l'emporte

Comment rendre le jeu plus facile

- Les joueurs peuvent commencer par se lancer le ballon à travers les portes

Comment rendre le jeu plus difficile

- Une équipe mobile est chargée de bloquer autant de portes que possible, de sorte que les deux autres équipes doivent trouver les portes vides pour marquer un point
- L'entraîneur peut déplacer ou désigner une porte afin de compliquer la tâche des joueurs cherchant à franchir une porte
- Une équipe est positionnée en défense et les deux autres équipes doivent dribbler ces défenseurs pour aller marquer chaque point (les défenseurs ne peuvent intervenir qu'entre les portes)

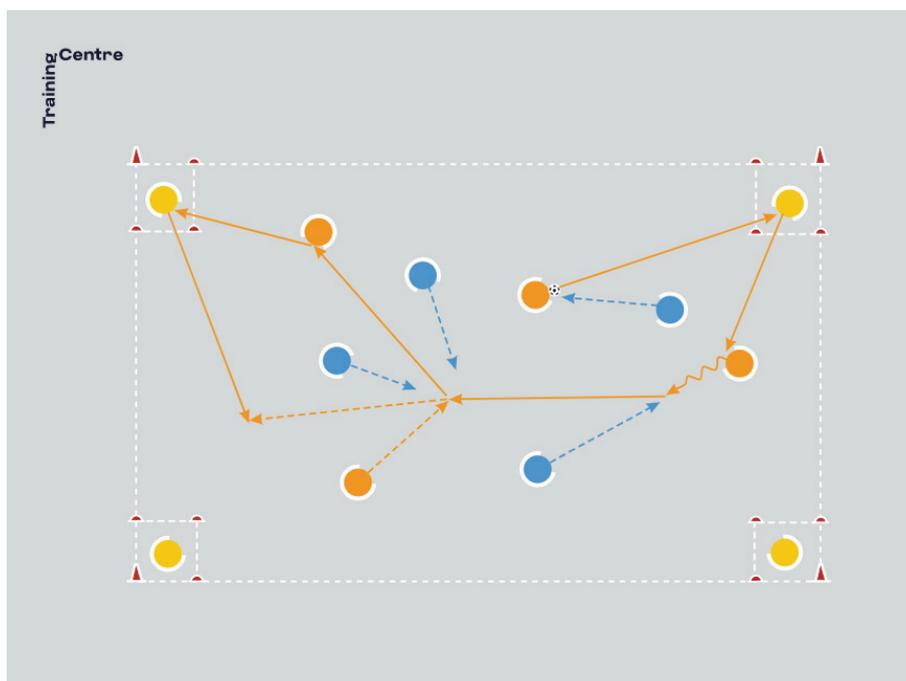
Bonnes questions à poser aux joueurs

- Pouvez-vous trouver derrière une porte une position pour recevoir la passe ?
- Pouvez-vous trouver une porte vide sans bloqueur ?
- Pouvez-vous franchir une porte balle au pied et éliminer le défenseur ?
- Qu'avez-vous ressenti lorsque vous avez fait la course avec les autres équipes ?
- Que ressent-on lorsque l'entraîneur déplace une porte ?

Conseils de sécurité

- Demandez à tous les joueurs de se déplacer en gardant la tête haute et d'essayer d'éviter les autres joueurs
- Créez un espace sécurisé pour jouer

MISE EN APPLICATION : 4 CONTRE 4 + 4 JOUEURS D'APPUI, « TROUVE UN AMI »



Conseils d'organisation pour les entraîneurs

- Formez trois équipes de quatre joueurs dans un terrain carré. Deux équipes jouent dans le carré ; chaque membre de l'autre équipe se positionne à une extrémité du carré en tant que joueur cible
- Chaque équipe commence avec un ballon et fait la course pour effectuer un certain nombre de passes aux joueurs cibles ; commencez par jouer à la main, puis jouez au pied
- Lorsque les équipes n'ont plus qu'un seul ballon, elles marquent un point lors de chaque passe réussie à un joueur cible ou en passant successivement le ballon aux quatre joueurs cibles sans perdre la possession
- L'augmentation ou la réduction de la taille du terrain aura une influence sur le type de passes effectuées
- Faites tourner l'équipe qui prend place dans les coins après chaque match

Comment rendre le jeu plus facile

- Ne passez pas à un ballon pour deux équipes – laissez-les continuer avec un ballon chacune tout au long du jeu

Comment rendre le jeu plus difficile

- Demandez que toutes les passes vers les joueurs cibles soient effectuées en une touche
- Au lieu de leur faire une passe, le joueur doit s'avancer avec le ballon au pied jusqu'aux joueurs cibles

Bonnes questions à poser aux joueurs

- Pouvez-vous identifier le meilleur moment pour passer le ballon à un joueur cible ?
- Pouvez-vous changer la direction du jeu pour trouver des espaces plus grands ?
- Les joueurs cibles peuvent-ils essayer de se rendre disponibles en se déplaçant dans leur coin pour créer des angles de passe ?
- Que ressentez-vous lorsque l'autre équipe est en possession du ballon et que vous voulez le récupérer ?

Conseils de sécurité

- Créez un espace sécurisé pour jouer