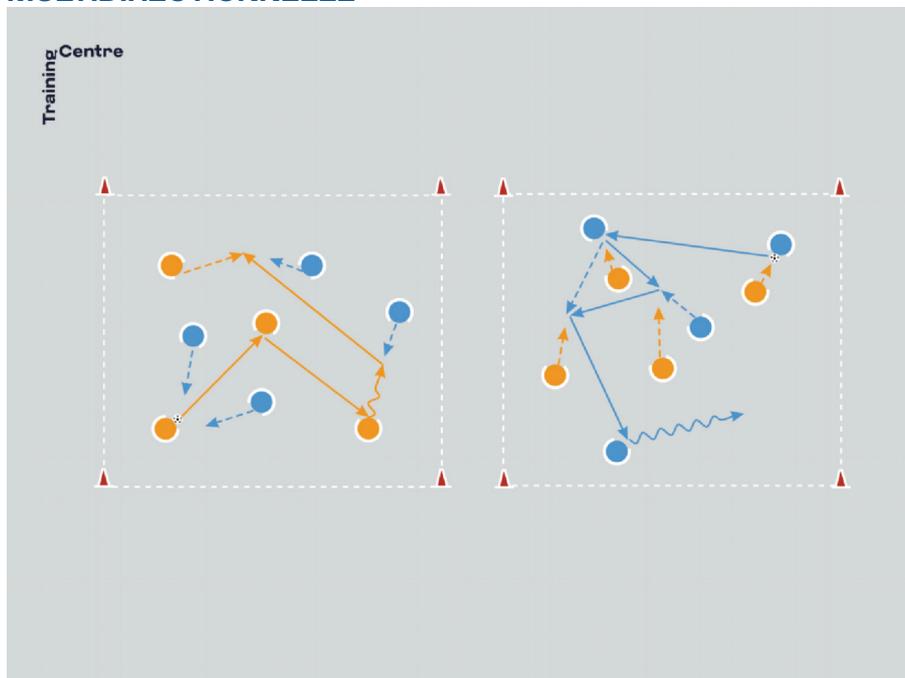


De la possession du ballon —●— vers la finition

ÉCHAUFFEMENT : 4 CONTRE 4, JEU DE CONSERVATION MULTIDIRECTIONNELLE



Conseils d'organisation pour les entraîneurs

- Créez un terrain permettant aux joueurs de jouer 4 contre 4
- Les équipes peuvent marquer des points en conservant la possession : enchaîner dix passes consécutives donne un point
- Si l'équipe adverse récupère le ballon, elle essaie de faire la même chose
- Vous pouvez aussi demander à chaque équipe d'essayer de garder le ballon le plus longtemps possible, tout simplement

Comment rendre le jeu plus facile

- Réduisez le nombre de passes requises pour marquer un point

Comment rendre le jeu plus difficile

- Augmentez le nombre de passes minimum avant de marquer un point
- Limitez le nombre de touches de balle autorisées par joueur
- Réduisez la taille du terrain

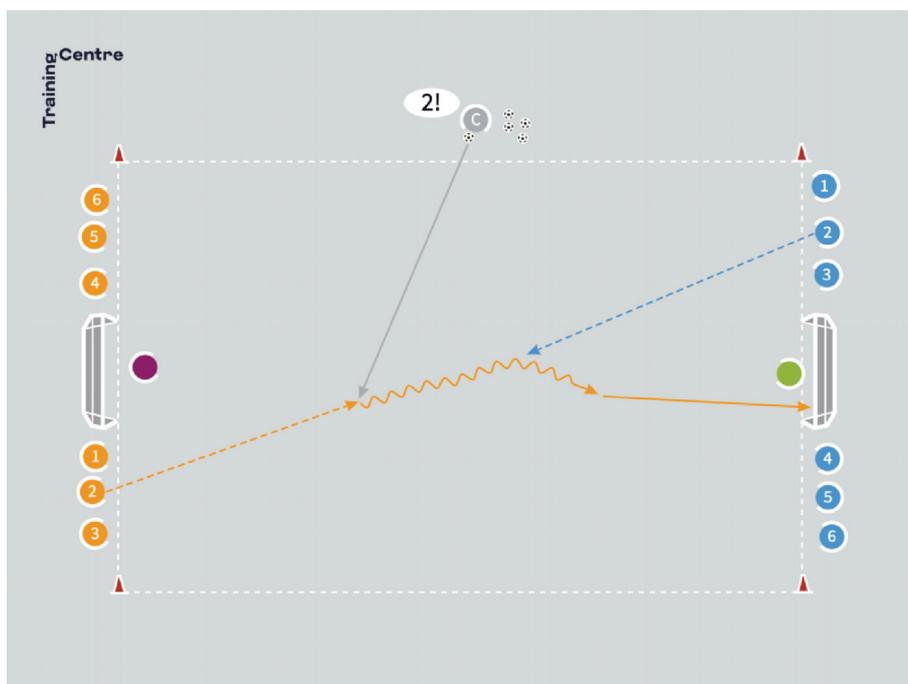
Bonnes questions à poser aux joueurs

- L'équipe peut-elle élargir le jeu en s'écartant au maximum ?
- Pouvez-vous me montrer comment vous communiquez en équipe ?
- Lorsque vous essayez de récupérer le ballon, comment pouvez-vous le faire de manière efficace ?
- À quels problèmes votre équipe a-t-elle été confrontée au cours de l'activité ?
- Comment les avez-vous résolus ?

Consignes de sécurité

- Créez des zones de sécurité entre chaque zone

ÉVOLUTION TECHNIQUE : DE 1 CONTRE 1 À 4 CONTRE 4, DEUX BUTS AVEC GARDIENS



Conseils d'organisation pour les entraîneurs

- Faites des équipes de nombre égal, avec des gardiens fixes, et donnez un numéro à chaque joueur de champ
- Chaque joueur aura le même numéro qu'un joueur adverse
- Appelez un numéro et les joueurs correspondants courent le plus vite possible pour disputer un 1 contre 1 jusqu'à ce que l'un des deux marque ou quitte le terrain
- Au fur et à mesure, appelez plusieurs numéros à la fois afin de créer des 2 contre 2, 3 contre 3 et 4 contre 4. Vous pouvez aussi permettre aux gardiens de faire des 1 contre 1
- La première équipe à marquer dix buts gagne
- Veillez à avoir suffisamment de ballons sur le côté du terrain

Comment rendre le jeu plus facile

- Pas de gardiens de but pour commencer
- Associez les joueurs par niveau

Comment rendre le jeu plus difficile

- Appelez des numéros différents pour chaque équipe, par exemple 3 et 4 pour une équipe et joueur 7 pour l'autre

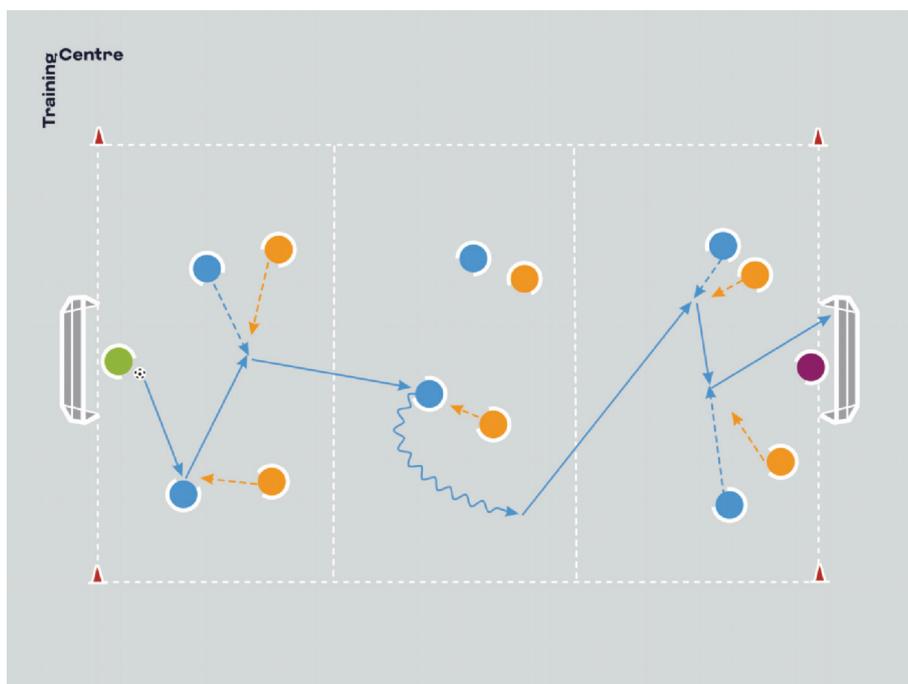
Bonnes questions à poser aux joueurs

- Pouvez-vous écouter attentivement votre numéro et sprinter sur le terrain quand vous êtes appelé ?
- Pouvez-vous décider très rapidement si vous réussissez à atteindre le ballon en premier et être l'attaquant ou si vous devriez d'emblée choisir d'être défenseur ?
- Pouvez-vous reconnaître une opportunité de dribbler en situation de un contre un ?
- En quoi la résolution de problèmes est-elle importante pour cette activité ?

Consignes de sécurité

- Appelez de nouveaux joueurs que lorsque le terrain est vide

MISE EN APPLICATION : 7 CONTRE 7, DEUX BUTS AVEC GARDIENS, JEU DE POSITION



Conseils d'organisation pour les entraîneurs

- Constituez deux équipes de sept
- Divisez le terrain en trois parties
- Laissez jouer à deux contre deux dans chaque zone, plus les gardiens
- Règles normales, mais laissez les joueurs décider comment reprendre le jeu (par ex. rentrées de touche au pied plutôt qu'à la main, reprendre depuis l'arrière à chaque but)
- Demandez aux joueurs d'arbitrer leurs propres matches
- Si vous avez plus de deux équipes, faites tourner toutes les quelques minutes ou créez plusieurs terrains
- Essayez d'utiliser de grands buts.
- En cas de nombre impair, il est possible de jouer avec un nombre impair de joueurs dans une zone
- Les joueurs doivent rester dans leur zone, mais permettez-leur d'en changer, comme d'adversaires, toutes les quelques minutes

Comment rendre le jeu plus facile

- Mettez une équipe en supériorité numérique
- Pas de gardiens de but pour commencer
- Les équipes peuvent passer directement de la zone 1 à la zone 3 (transition défense-attaque), en passant par la zone 2 (milieu du terrain)

Comment rendre le jeu plus difficile

- Mettez une équipe en infériorité numérique
- Obligez les équipes à jouer par chacune des zones avant de pouvoir marquer

Bonnes questions à poser aux joueurs

- Pouvez-vous discuter en équipe de la meilleure manière de jouer à ce jeu ?
- Devez-vous systématiquement jouer vers l'avant depuis la zone centrale ?
- Dans quelle zone avez-vous préféré jouer et pourquoi ?
- Pourquoi est-ce important d'être prêt à résoudre des problèmes pendant un match ?

Consignes de sécurité

- Créez des zones de sécurité entre les terrains si vous en avez plusieurs