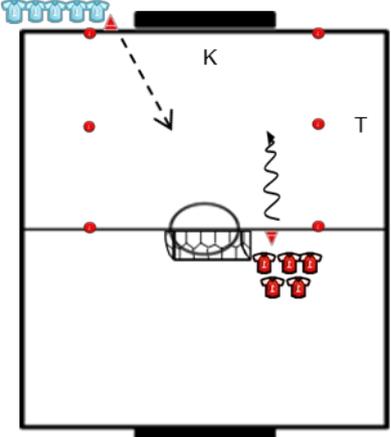
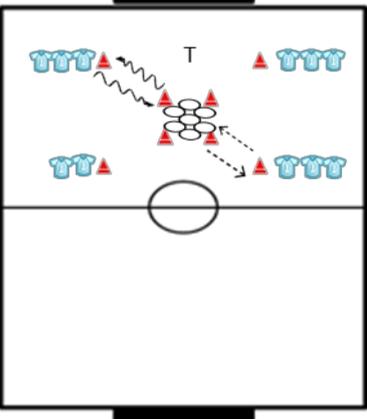
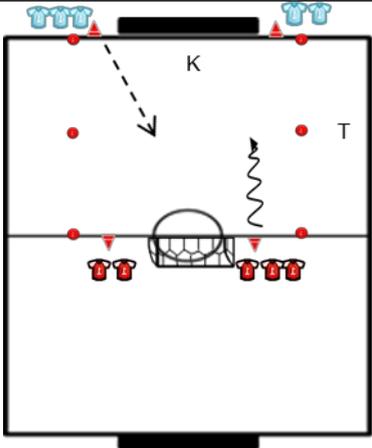
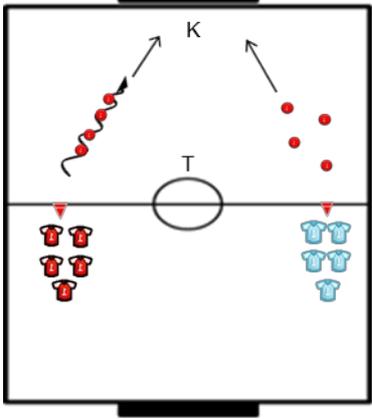
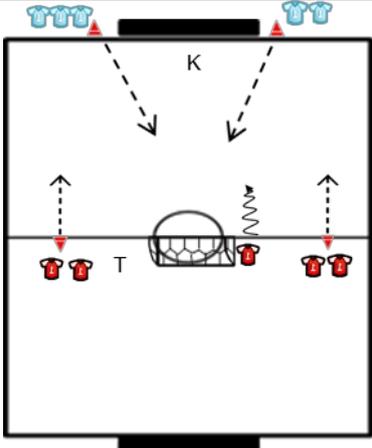
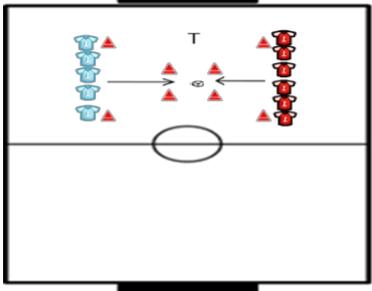


Thème : dribbler et jouer au ballon	Nombre : 11	Équipement : pots - gilets - petit gardien de but
Objectifs de développement : Notions de base : dribbler et jouer au ballon TeamTactic : Terminer le plus rapidement possible sur une occasion de but réelle		
Lignes directrices et mots d'ordre : 1 Ballon court au pied : Court 2 Essayer de ne pas toujours regarder le ballon : Tête haute 3 Sur une occasion de but, finir rapidement : Finir		
ÉCHAUFFEMENT		
	Organisation <ul style="list-style-type: none"> - Terrain 10m x 15m Description : <ul style="list-style-type: none"> - Jeu d'effleurement - 2 tickers (ours) indiquent le moment où il faut croiser et commencer derrière les pots eux-mêmes - Celui qui est tapé revient à la position de départ et traverse sur une jambe (échange au milieu G-D). - Amusement : quel duo tape le plus de lapins ? <p style="text-align: center;">Durée : 10'</p>	
FORME DE MATCH 1		
	Organisation <ul style="list-style-type: none"> - Terrain de 15 m de large, longueur de la moitié du terrain de jeu Description : <ul style="list-style-type: none"> - 1 / K+1 - L'attaquant (rouge) reçoit le signal, dribble et tente de marquer le plus rapidement possible sur une occasion de but réelle. - Le défenseur (bleu) tente de l'empêcher et, si le ballon est retiré, il peut marquer lui-même dans le petit but. - Travailler par vagues de 20 secondes maximum. - Le ballon à l'extérieur de= démarre un nouveau match - Amusement : quelle équipe marque le plus de points <p>Durée : 10'</p> <p>Entraînement : 1-2-3</p>	
FORME INTERMÉDIAIRE 1		
	Organisation <ul style="list-style-type: none"> - Place centrale de 3m x 3m remplie de pots - Carré à l'extérieur de 10m x 15m Description : <ul style="list-style-type: none"> - Nous répartissons les joueurs en 4 groupes et ils prennent place dans un cône du carré extérieur - Au signal de T, 1 joueur de chaque groupe part vers le petit carré, y prend le pot et le dépose dans son groupe. - Lorsque le joueur est de retour, le suivant part - D'abord sans la balle et avec la balle imposée (multimove) ensuite avec la balle (L-R lead ,...) - Fun : quel groupe sera le premier à posséder le nombre de pots imposés ? <p>Durée : 10'</p> <p>Entraînement : 1-2</p>	

<p>FORME DE MATCH 2</p> 	<p>Organisation</p> <ul style="list-style-type: none"> - Terrain de 15m de large, longueur de la moitié du terrain de jeu <p>Description :</p> <ul style="list-style-type: none"> - 2 / K+2 - Idem WV 1 mais avec 2 attaquants et 2 défenseurs - Fun : quelle équipe marque le plus de points <p>Durée : 10'</p> <p>Entraînement : 1-2-3</p>
<p>FORME INTERMÉDIAIRE 2</p> 	<p>Organisation</p> <ul style="list-style-type: none"> - Demi-tour <p>Description :</p> <ul style="list-style-type: none"> - 2 groupes travaillent à tour de rôle sur le but après avoir dribblé entre les cônes. - Pieds G-D dribbles, coups de pied <p>Durée : 10' (2x5')</p> <p>Entraînement : 1-2</p>
<p>FORME DE MATCH FORM 3</p> 	<p>Organisation</p> <ul style="list-style-type: none"> - Demi-tour <p>Description :</p> <ul style="list-style-type: none"> - 3 / K+2 - Idem WV 1-2 mais 3 attaquants <p>Durée : 10'</p> <p>Entraînement : 1-2-3</p>
<p>REFROIDIR EN BAS</p> 	<p>Organisation</p> <ul style="list-style-type: none"> - Carré de 2m x 2m - Ligne de touche pour les joueurs à 8 mètres <p>Description :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Les joueurs essaient de frapper leur ballon dans le carré 1 par 1 en se faisant des passes. - Amusement : quel groupe a réussi à envoyer le plus de ballons sur la place ?