



Thème : Conduite & Frappe

U9

ECHAUFFEMENT	JEU	SITUATION	EXERCICE
--------------	-----	-----------	----------

TIR AU BUT	TRANSITION DEF / OFF	EGALITE NUMERIQUE	GERER UNE INFERIORITE EN ATTAQUE	GERER UN SURNOMBRE EN ATTAQUE
CENTRE	TRANSITION OFF / DEF	PRESSING	FEINTE & DRIBBLES	AMELIORER LES PRISES DE BALLE
CIRCUIT	OCCUPER L'ESPACE	LA PASSE	CONDUITE DE BALLE	PRENDRE L'INFORMATION AVANT DE RECEVOIR
DEFENSIF	CHANGER DE RYTHME	JOUER DANS LE DOS DE LA DEFENSE	JEU SANS BALLON	GARDER LE TEMPS D'AVANCE

Objectifs Amélioration de la conduite de balle et de la frappe

But
 Rouges marquer le plus de buts avant que les bleus aient terminé le tour
 Bleus faire le tour le plus rapidement pour éviter que les rouges marquent beaucoup de but

Consignes
 Bleus : conduire son ballon autour des plots jaunes en partant du cerceau et le ramener dans le cerceau pour le joueur suivant
 Rouges : Marquer le plus de buts possible avant que les bleus aient terminé, mettre une source de ballon importante pour que les enfants enchainent rapidement.

Variantes
 Imposer une surface de pied pour la conduite.
 Imposer une surface de pied pour la frappe.

