

[Pour plus de renseignements odurigon@foottarn.fff.fr \(06 17 97 31 54\)](mailto:odurigon@foottarn.fff.fr)

JEU D'VEUIL - PHASE 2 (2 mars, 16 mars, 27 avril et 4 mai 2024)

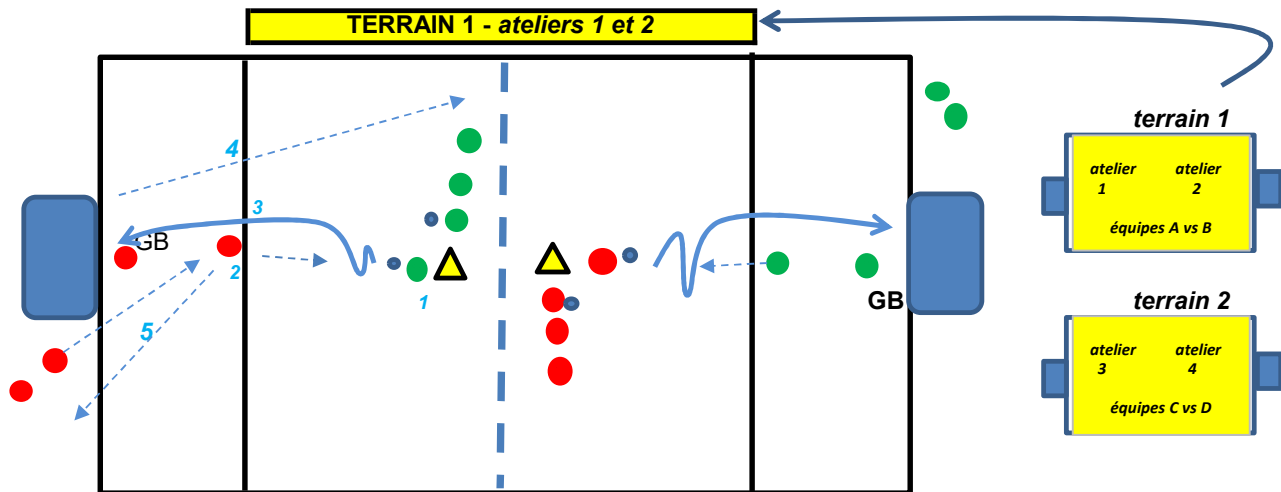
Objectif : découvrir les dribbles en 1x1

EXERCICE TECHNIQUE : Déséquilibrer, finir, 1x1

10 mns

créer 4 ateliers. 2 ateliers par terrain. 1 éducateur par atelier pour animer et réguler.
2 équipes s'affrontent sur ce jeu avant la première rencontre 5x5.

créer 2 groupes dans chacune de vos équipes afin que les joueurs passent plus souvent !



Légende :

—→ déplacement sans ballon

→ passes ou tirs

~→ conduite de balle

● Ballon

Buts

L'attaquant = 1 point s'il parvient à marquer un but

Le défenseur = 1 pt s'il récupère le ballon et parvient à le bloquer à côté du plot jaune ou à faire une passe à son GB.

Avant de compter les points faire une démonstration afin que les enfants visualisent bien les différents rôles.

Déterminer l'équipe vainqueur.

Consignes

1x1

Pendant 5 minutes, une équipe attaque, et l'autre défend. On inverse ensuite les rôles.

Au signal de l'éducateur, l'attaquant démarre en conduite de balle, et le défenseur démarre sa course **(1) et (2)**.

L'attaquant doit marquer après un dribble et le défenseur doit éviter le but et marquer 1 pt (voir explications "buts").

L'action s'arrête soit après un arrêt du GB, après une passe en retrait du défenseur à son GB, après un but, lorsque le ballon sort des limites de l'aire de jeu.

l'action est stoppée si après 30 secondes ni l'attaquant, ni le défenseur ne parvient à marquer 1 pt.

Les rotations après chaque action

A l'issue de l'action, l'attaquant récupère son ballon et se replace dans sa file d'attente.

On change de défenseur entre chaque nouvelle action.

Ne pas oublier de changer régulièrement les GB.

Matériels

coupelles et plots pour matérialiser les points de départ.

4 ballons par atelier

critères de réalisation pour réussir le dribble :
Déclencher le dribble à distance en évitant d'aller dans les pieds du défenseur. Le dribble doit permettre de changer de direction !
Accélérer lorsque le défenseur est dépassé !